Bill Henderson
& Bác sĩ Carlos M. Garcia

CANCER-FREE

Thoát khỏi ung thư

Hướng dẫn chữa bệnh
không độc và nhẹ nhàng

THOÁT KHỎI UNG THƯ

Nhà xuất bản Lao động
175 Giảng Võ - Đống Đa - Hà Nội
Tel: (04) 3851 5380
Fax: (043) 851 5381
Website: www.nxblaodong.com.vn

Công ty Cổ phần Sách Thái Hà
119 C5 Tô Hiệu - Cầu Giấy - Hà Nội
Tel: (04) 3793 0480
Fax: (04) 6287 3238
Website: www.thaihabooks.com

Chịu trách nhiệm xuất bản: **Võ Thị Kim Thanh**

Biên tập viên Nhà xuất bản: Lê Nguyệt Hằng
Biên tập Thaihabooks: Thủy Hương
Trình bày: Thu Hiền
Sửa bản in: Nguyễn Minh
Thiết kế bìa: Cẩm Châu

Copyright © 2008-2011 by Bill Henderson
Bản quyền tiếng Việt © 2014, Nguyễn Anh Tuấn
Công ty Cổ phần Sách Thái Hà giữ bản quyền xuất bản và phát hành ấn bản tiếng Việt trên toàn thế giới theo Hợp đồng Ủy quyền Xuất bản với Nguyễn Anh Tuấn (Chủ sở hữu bản quyền tiếng Việt).
Không phần nào trong cuốn sách này được sao chép hoặc chuyển sang bất cứ dạng thức hoặc phương tiện nào, dù là điện tử, in ấn, ghi âm hay bất cứ hệ thống phục hồi và lưu trữ thông tin nào nếu không có sự cho phép bằng văn bản của Công ty Cổ phần Sách Thái Hà.

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Henderson, Bill

Thoát khỏi ung thư : Hướng dẫn chữa bệnh không độc và nhẹ nhàng / Bill Henderson, Carlos M. Garcia ; Nguyễn Anh Tuấn dịch. In lần thứ 2; - H. : Lao động ; Công ty Sách Thái Hà, 2014. - 380tr. : minh họa ; 24cm. - (Tủ sách V-Smile)

Tên sách tiếng Anh: Cancer-Free : Your guide to gentle, non-toxic healing. - Phụ lục: tr. 321-380

ISBN: 9786045918340

1. Ung thư 2. Điều trị
616.994 - dc23

LDF0024p-CIP

In 2.000 cuốn, khổ 15,5x24cm. In tại Công ty TNHH In & TM Thuận Phát. Số đăng kí KHXB: 1186-2014/CXB/12-104/LĐ. Quyết định xuất bản số: 760/QĐLK-LĐ. In xong nộp lưu chiểu quý IV năm 2014.

Bill Henderson
& Bác sĩ Carlos M. Garcia

CANCER-FREE

Thoát khỏi ung thư

Hướng dẫn chữa bệnh không độc và nhẹ nhàng

Chuyển ngữ: *Nguyễn Anh Tuấn*

In lần thứ hai

NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG

THAIHABOOKS
Phụng sự để dẫn đầu

MỤC LỤC

Lời người dịch 7

Miễn trừ trách nhiệm 9

Ý kiến bạn đọc 11

Lời nói đầu 23

Lời tựa 31

CHƯƠNG 1: Giới thiệu - Chiến thắng cuộc chiến ung thư 39

CHƯƠNG 2: Môi trường ung thư 55

CHƯƠNG 3: Ung thư là gì? 81

CHƯƠNG 4: Điều trị ung thư 105

CHƯƠNG 5: Tự điều trị ung thư 133

CHƯƠNG 6: Phòng khám 235

CHƯƠNG 7: Những phương pháp điều trị khác bạn cần phải biết 251

CHƯƠNG 8: Kim loại nặng và Chelation 307

Phụ lục A: Các nguồn tài liệu 321

Sổ tay 1 - Ngưng lão hóa bằng chế độ ăn 334

Sổ tay 2 - Ngưng lão hóa bằng tập luyện 347

Sổ tay 3 - Chiến thắng tiểu đường 357

Sổ tay 4 - Chữa đau lưng 367

Phụ lục B: Bổ sung của người dịch 377

LỜI NGƯỜI DỊCH

Bạn đang cầm trên tay bản dịch cuốn *Thoát khỏi ung thư* (xuất bản lần thứ 4 năm 2011) mà người chuyển ngữ không phải là nhà dịch thuật chuyên nghiệp, không phải là bác sĩ và cũng không công tác trong lĩnh vực y tế, vì thế trong quá trình chuyển ngữ sẽ không tránh khỏi sai sót, nhất là một số thuật ngữ chuyên ngành.

Cuốn sách đã nhận được sự hưởng ứng của đông đảo độc giả Mỹ và các nước khác trên thế giới. Sách đã được dịch sang tám thứ tiếng khác nhau và nay tôi vinh dự được tác giả cho phép chuyển ngữ sang tiếng Việt để xuất bản ở Việt Nam.

Nội dung cuốn sách có thể gây ra một số tranh cãi trong ngành y tế về phương pháp điều trị ung thư, một số bệnh mãn tính và về vấn đề bảo vệ sức khỏe. Tuy nhiên, cuốn sách đã đề cập đến các quan điểm có từ đầu thế kỷ XX ở phương Tây và lâu hơn nữa ở phương Đông.

Vì những ích lợi to lớn mà nội dung cuốn sách có thể mang đến cho bệnh nhân trong điều trị ung thư và cho tất cả những người khỏe mạnh trong việc phòng ngừa bệnh ung thư cũng như một số bệnh mãn tính khác nên tôi đã mạnh dạn chuyển ngữ cuốn sách này.

Tôi chuyển ngữ nội dung sách trên cơ sở "có sao dịch vậy", không đại diện hoặc bảo đảm cho bất cứ điều gì của sách hoặc

nội dung sách, không chịu trách nhiệm về mọi tổn hại liên quan đến việc sử dụng sách này.

Rất mong được độc giả lượng thứ những sai sót và xin gửi ý kiến của quý vị đến địa chỉ email:

ptue283@gmail.com hoặc tuan@eac.com.vn

MIỄN TRỪ TRÁCH NHIỆM

Có thể coi đây là một cuốn sách tham khảo hữu ích, là cứu cánh cho những ai đang rơi vào tuyệt vọng khi bị chẩn đoán mắc phải căn bệnh ung thư.

Những phát biểu về các sản phẩm và dịch vụ trong cuốn sách này chưa được Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Mỹ (US Food and Drug Administration) đánh giá. Những phát biểu đó không có ý định chẩn đoán, điều trị, chữa bệnh hoặc ngăn ngừa mọi đau ốm hay bệnh tật. Xin hãy tham vấn bác sỹ hoặc chuyên gia chăm sóc sức khỏe về những gợi ý và khuyến cáo trong cuốn sách.

Bạn cần hiểu rằng cuốn sách này không có ý định thay thế việc tham vấn những bác sĩ chăm sóc sức khỏe có bằng cấp, như bác sĩ của bạn. Trước khi bắt đầu chương trình sức khỏe nào đó hoặc thay đổi lối sống theo cách nào đó, bạn phải tham vấn bác sĩ để chắc chắn bạn đang khỏe mạnh và những ví dụ nêu trong cuốn sách này sẽ không làm tổn hại đến bạn.

Chúng tôi hi vọng cuốn sách này sẽ mang đến cho bạn những hiểu biết thực sự cặn kẽ về căn bệnh ung thư và từ đó tự tin tìm cho mình phương pháp chữa trị hợp lí nhất.

Cuộc sống là củas bạn, sức khỏe cũng là của bạn. Hãy lựa chọn sáng suốt...

Ý KIẾN BẠN ĐỌC

Nếu mỗi bệnh nhân ung thư ở Mỹ được trao cuốn sách này vào thời điểm được chẩn đoán bị ung thư, thì trò bịp "Cuộc Chiến Ung Thư" sẽ kết thúc mau lẹ. Hàng triệu cuộc đời đã được cứu vớt và nỗi sợ hãi ung thư như kẻ sát nhân không thể ngăn chặn đã không còn nữa. Tôi không thể giới thiệu được đầy đủ giá trị lớn lao của cuốn sách này. Hãy mua sách đi! Đọc nó và bạn sẽ trở nên sáng tỏ – chia sẻ nó với người thân, ngăn ngừa mắc ung thư hoặc tự mình hạ gục ung thư một cách tự nhiên.

Bác sĩ Bradley Nelson
Chiropractor St. Georges, Utah, Hoa Kỳ
Tác giả: "The Emotion Code" và "The Body Code"

Là một bác sĩ thì đối với tôi điều rất quan trọng là các bệnh nhân phải được thông báo và phải được tham gia vào quá trình điều trị. Hiện nay, cuốn sách của Bill là đòi hỏi của tôi đối với tất cả bệnh nhân ung thư. Họ cần đọc sách này và thực hành các nguyên tắc trong sách trong suốt quá trình điều trị với tôi.

Bác sĩ Richard A. DiCenso
Virginia Beach, Virginia, Hoa Kỳ

Tìm thấy bác sĩ Garcia là điều tốt nhất đối với tôi. Tôi thấy mọi thứ đều chuyên nghiệp, tỉ mỉ và chu đáo. Phòng khám đã tạo nên tác động tuyệt vời lên sức khỏe của tôi và tôi trở nên mạnh khỏe. Chúng tôi được điều trị như những con người văn minh và ông ấy truyền tự tin cho chúng tôi qua các bài giảng của mình để chúng tôi hiểu hơn về những vấn đề y học đang gặp phải hoặc đang phải đối mặt.

Mary
Tháng 9 năm 2010

Cảm ơn ông, bác sĩ Garcia: Trước hết, Dag và tôi hết sức ấn tượng về ông và phòng khám của ông. Sau tuần lễ đầu tiên ấy, tôi đã viết cho tất cả bạn bè và họ hàng về mọi thứ ở phòng khám, những gì ông hứa trong gói thông tin điều trị cho chúng tôi, đã vượt quá cả sự mong đợi của chúng tôi. Mức độ chăm sóc cá nhân, không khí thân thiện của một quan điểm tích cực và niềm hy vọng; tiếng cười và niềm vui thật tuyệt vời. Xin cảm ơn ông rất nhiều về tất cả những gì ông đã làm, cả các nhân viên của ông nữa.

Tine T. – Bệnh nhân Ung thư
Tháng 9 năm 2010

Xin chào Bill, trước tiên tôi muốn cảm ơn ông thật nhiều về cuốn sách Thoát khỏi ung thư *của ông! Tôi thấy khỏe hơn nhiều và đã giảm được 4,5kg và định sẽ duy trì ở mức trọng lượng này. Tôi cảm ơn Trời về ông, cuốn sách của ông và tất cả sự giúp đỡ ông đã dành cho tôi và cho rất nhiều người khác nữa trong cuộc đấu tranh chống ung thư. Ông là phước lành. Xin Chúa ban phước lành và phù hộ cho ông. Xin cảm ơn rất nhiều về những bản tin tuyệt vời ấy!*

Bạn của ông ở Massachusett,

Dan Skapinsky
Tháng 3 năm 2011

Chào Bill: Sau 3 năm tôi không còn bị ung thư nữa.

Trước tiên, tôi nghe theo lời khuyên của các bác sĩ [theo liệu pháp] tự nhiên ở Chile. Sau khi đọc sách của ông hai lần và dùng thuốc theo chỉ định của ông, tôi đã đưa chế định của ông vào chế độ ăn, trà thảo mộc, liệu pháp miễn dịch và liệu pháp thảo dược. Cuối cùng tôi đã theo lời khuyên của ông và thoát khỏi chất độc nha khoa một năm trước đây.

Chẳng may, tôi đã không đạt mức xét nghiệm nước tiểu HCG[1] tại Phòng khám Navarro[2] ở Manila độ 49 gì đó. Bởi thế, tôi đã đến khám với bác sĩ Carlos Garcia ở Utopia Wellness để điều trị thêm. Bác sĩ Garcia đã thu xếp quét PET[3] khác cho tôi. Khoảng ba tuần trước, ông ấy báo cho tôi tin tức tốt lành. Kết quả quét PET không còn hoạt tính ung thư nữa. Theo bác sĩ Garcia thì những xét nghiệm của tôi ở mức 52 và 53 là dương tính giả. Ông ấy bảo y học là nghệ thuật chứ không phải khoa học. Mức 52-53 có thể là ung thư đối với bệnh nhân khác, nhưng lại là "Thoát khỏi ung thư" đối với tôi.

Tôi rất hạnh phúc! Cảm ơn ông về cuốn sách tuyệt vời, các bản tin, phỏng vấn qua radio, mạn đàm và huấn luyện!

Arnulf Becker, Santiago, Chile
Tháng 5 năm 2011

Ông Henderson thân mến, tôi đã mua và vô cùng cảm ơn cuốn sách của ông, tôi đã theo hướng dẫn của ông sau khi được chẩn đoán bị ung thư tiền liệt tuyến. Việc xảy ra đã một năm rồi, tôi đã có kết quả xét nghiệm Navarro lần ba. Lần đầu hơn 53 và lần cuối dưới 50, chứng tỏ ung thư đã biến mất. Cảm ơn ông!

William Byler
Tháng 4 năm 2011

---

[1] HCG: Xét nghiệm nước tiểu: Human Chorionic Gonadotropin.

[2] Navarro: Tên bác sĩ đồng thời là tên Phòng khám + Xét nghiệm.

[3] PET (Positron Emission Tomography): Chụp cắt lớp bằng Positron.

Tôi chỉ muốn nói lời cảm ơn ông thật nhiều vì sự giúp đỡ của ông trong điều trị ung thư xương (đa u tủy) của cha tôi. Tôi đã mua cuốn sách của ông vào tháng 11 năm 2010. Cha tôi được chẩn đoán ung thư vào tháng 1 năm 2010 và ông ấy được cho là chỉ còn 6 tháng sống nữa thôi. Ông ấy đã cố gắng mọi cách kể cả hóa trị Sloan – Kettering cho đến lúc tôi tình cờ thấy cuốn sách của ông. Tôi đã đọc nó, tôi đưa sách cho ông và ông đã mua tất cả các sản phẩm và bắt đầu dùng vào khoảng cuối năm đó (2010). Nói ngắn lại là tháng 3 năm 2011 các bác sĩ của ông hỏi ông "Ông đang làm gì ở nhà?". Sau thì ông cũng nói với họ và họ bảo ông rất khôn ngoan. Họ nói không tìm thấy ung thư nữa và từ nay sẽ kiểm tra định kỳ 6 tuần thay vì hàng tháng. Tôi đội ơn Chúa đã cứu sống cha tôi và cảm ơn ông về sự sẻ chia kiến thức bảo vệ cuộc sống của mình. Mẹ tôi cũng bị chẩn đoán cùng loại ung thư tháng 12 năm 2010 ở Trinidad, West Indies. Không may bà đã qua đời 3 tuần sau đó bởi biến chứng tiểu đường do hóa chất steroid cho cùng với xạ trị. Tôi đã đặt mua thuốc cho bà, nhưng bà đã chẳng có cơ hội dùng chúng nữa. Tôi nhớ bà đến khổ sở, tuy nhiên, tôi lại vui vì cha tôi vẫn còn đây! Cảm ơn ông rất nhiều!

Kathy Davis, New York
Tháng 5 năm 2011

Bác sĩ Garcia thân mến! Hôm nay là sinh nhật của tôi và tôi kỷ niệm 64 tuổi! Ngày này rất ý nghĩa đối với tôi vì tôi đã được gặp ông và được ông điều trị khỏi căn bệnh ung thư phiền toái. Có vẻ như đây là thời điểm thích hợp để nói lời cảm ơn ông về kỹ năng của ông và sự hỗ trợ về tinh thần và tài chính của ông. Lẽ ra bây giờ tôi đã chết nếu tôi không gặp ông. Điều tuyệt vời nhất với tôi năm ngoái là tôi đã gặp ông. Cảm ơn ông rất nhiều vì có ông ở đó.

Diane G
Tháng 9 năm 2010

Tôi là bệnh nhân sống sót với ung thư vú giai đoạn bốn. Tôi đã đến Bill Henderson huấn luyện năm 2007 và theo chế định của ông ấy cùng với một số liệu pháp thay thế như Rife, nhiệt hồng ngoại và châm cứu. Vào tháng 1 năm 2007 các bác sĩ cho rằng tôi chỉ còn sống ba tháng nữa. Hôm nay tôi cảm thấy tuyệt vời. Mọi người nói rằng trông tôi khỏe hơn hầu hết những người cùng tuổi. Kết quả [xét nghiệm] máu trở lại hoàn hảo, tôi thử bốn lần một năm và bác sĩ ung thư của tôi kinh ngạc vì kết quả này. Cảm ơn ông, Bill! Và đối với những ai đang tìm kiếm lời giải đáp cho tình trạng tôi gọi là ung thư thì phải đọc cuốn sách của ông. Ông đã không hứa hão hoặc cho bạn hi vọng hão. Ông ấy sẽ nói với bạn sự thật về những thay đổi bạn cần phải làm để tự cứu giúp mình. Thay mặt những người đang chịu đựng ung thư trên thế giới, tôi mãi mãi biết ơn con người này và công việc khó nhọc của ông.

Robin Drumm

Mẹ tôi bị ung thư gan di căn. Bà đã đọc và áp dụng những lý thuyết của Bill Henderson tìm thấy trong cuốn sách này. Kết quả nhờ tuân theo chế độ ăn và thay đổi lối sống đã khiến bà sống một cuộc sống chất lượng tuyệt vời hơn chúng tôi nghĩ là bà có thể. Bà được tiên lượng rất tồi tệ về sáu tháng tiếp theo sau khi chẩn đoán bị ung thư. Thật buồn bà đã qua đời. Bà đã chiến đấu bằng tất cả sức lực của mình và đáng tiếc bà đã ra đi sau hai năm. Chúng tôi đã chuyển cuốn sách này của bà cho bạn thân của gia đình đang được chẩn đoán bị ung thư vú. Chị ấy cảm thấy khỏe và lạc quan. Cho dù có phải nhờ chế độ này hay không, chị ấy vẫn đang khỏe hơn. Tất cả chúng tôi hi vọng cho chị ấy. Cảm ơn ông, Bill.

Cathy Brennan

Tôi đã mua hai cuốn Thoát khỏi ung thư *của ông, và thấy đó là những công bố tuyệt vời. Không có cuốn sách nào khác, hoặc sự giúp*

đỡ, về chủ đề ung thư lại phù hợp, hay thậm chí gần gũi như sách của ông. Tôi thực sự thích thú các bản tin của ông và chuyển tiếp cho rất nhiều, rất nhiều người. Chúa phù hộ ông.

J. M. Larmer, bác sĩ Liệu pháp Thiên nhiên
New Jersey

Chào Bill, tôi là y tá… tôi tình cờ tìm được trang web của ông khi một người bạn vong niên gọi điện cho tôi hồi năm ngoái nói rằng anh ấy bị ung thư gan. Tỉ lệ sống của loại ung thư này là rất thấp. Chính ông là câu trả lời cho lời cầu nguyện.

Anh ấy bắt đầu uống MGN-3 ngay lập tức và chia sẻ sách của ông với bác sĩ ung thư của mình. Căn bệnh của anh ấy đã thuyên giảm trong vòng vài tháng và bây giờ anh ấy đã thoát khỏi ung thư. Cảm ơn ông.

Tôi đồng ý với thông tin trong nghiên cứu của ông. Bố tôi đã mất cách đây hai năm vào 16 tháng 1 năm 2001 vì ung thư thực quản di căn đến phổi. Thời gian từ lúc chẩn đoán bị ung thư đến lúc ông chết không đến hai tháng. Tôi chỉ mong giá như tôi biết ông và sách của ông sớm hơn.

Tôi không muốn ai khác nữa mất đi người thân khi chưa tới số, nếu có thể tôi sẽ giúp bằng cách nói cho họ về sách của ông. Chúa phù hộ cho ông. Cảm ơn ông.

Faye Maier
North Carolina

Chào Bill, trở lại quét Computerzed Tomography (chụp cắt lớp) hôm 25 tháng 9 – đúng một năm + một ngày từ hôm họ báo rằng tôi bị ung thư dạ dầy, phổi và thượng thận. Đoán xem!!! Ung thư phổi đã hết và hai cái kia đã ngưng phát triển!!! Ơn Chúa! Tất cả là nhờ cô cháu nội của tôi đã tìm được trang web của ông trong khi tìm kiếm sự giúp đỡ. Chúa làm việc theo cách bí ẩn. Tôi vẫn không bị đau, ơn

Chúa!!! Và tôi khỏe… Tôi biết ông là nhờ đi tìm Protocel. Tôi mong có cách nào đó để nói với thế giới!!! Một lần nữa, cảm ơn ông!

Libby

Tôi là chị gái của Joane và tôi không sao có thể nói hết với ông lòng biết ơn của tôi vì tôi đã tình cờ đọc cuốn sách của Bill cho cô ấy. Khi đặt mua sách, tôi đã nghĩ, dù cô ấy chỉ thu lượm được một điều trong sách mà nó có thể giúp cô ấy hoặc cho cô ấy niềm tin thì cũng đã đáng giá rồi. Hôm nay tôi rất biết ơn và tự hào về cô ấy bởi cô ấy đã chiến đấu với trận chiến này ra sao. Hôm nay, trông cô ấy thật tuyệt vời. Cô ấy cảm thấy mạnh khỏe và cô ấy là nguồn cảm hứng với những ai quen biết cô ấy.

Trân trọng,

Barb Barton

Sự phi thường!

Tôi là bạn của Joane và tôi biết câu chuyện từ đầu cho đến hiện tại. Tôi tin là câu chuyện thực ra chưa được đánh giá đầy đủ, từ cửa tử theo đúng nghĩa đen đến tương lai ngời sáng và mạnh khỏe thực sự.

Chứng kiến những kết quả phục hồi của cô ấy từ lúc đầu đến bây giờ là một nguồn cảm hứng tuyệt vời. Tuy nhiên, vượt lên trên điều đó là sự hiểu biết về việc để cơ thể tự chữa trị bằng cách nuôi dưỡng nó với những nguyên tố đúng. Điều này giá trị hơn tất cả mọi sự giàu có trên thế giới.

Chưa bao giờ lại rõ ràng đối với tôi đến thế rằng những gì chúng ta đưa vào cơ thể có một tác động lớn lao đến sức khỏe và chất lượng sống của chúng ta.

Eric King

Bill thân mến, Cảm ơn ông vì cuốn sách quý giá. Sách rất hữu ích và nó giúp tôi trong nghiên cứu về phối hợp tốt nhất các phương pháp điều trị cho bệnh nhân… cuốn sách thật kỳ diệu, đầy thông tin và rất chính xác.

Bác sĩ Dana Flavin (bác sĩ ung thư)
Connecticut, Hoa Kỳ

Ông Henderson và bạn đọc thân mến,

Tôi là bác sĩ Tom. Theo cách của riêng mình, tôi quan sát những người nghe theo các bác sĩ ung thư trong hơn một năm qua và thấy rằng lời khuyên của họ đã bị hiểu sai lệch. Tôi quan sát các bác sĩ nội trú theo thầy của họ, một bác sĩ trưởng, trong cái nhìn mù quáng về phương pháp điều trị hóa trị cho bệnh nhân ung thư. Để quan sát rõ ràng phải mở to mắt mới thấy các bác sĩ đã bị tẩy não như thế nào. Như những con rối làm theo con rối thầy trong một màn diễn. Sự thật kinh hoàng về tất cả cái đó là người ta tin và phó mặc cho những kẻ trục lợi trên đơn thuốc.

Để hiểu góc khuất hệ thống y tế tham nhũng như thế nào, phải thấy được góc khuất chính giới y tế tham nhũng như thế nào? Cuốn Chính trị trong chữa bệnh *(Politics In Healing) thật tốt cho những người bắt đầu đọc. Các trung tâm điều trị ung thư chính thống nhất, lớn nhất là tội phạm nhất; các bác sĩ trẻ không biết manh mối gì về tồn tại đó vì họ chỉ được bảo cái họ cần biết là ấn dí các tác nhân hóa học cho bệnh nhân ung thư để sau đó trở thành nạn nhân của bác sĩ ung thư. Nay truyền thông bắt đầu lưu ý về việc này, tôi sẽ nói về nó thoải mái hơn.*

Cái mà công chúng không biết là nguyên nhân một số người khỏi ung thư khi chạy hóa trị không phải là do hóa trị làm việc, mà là do phương pháp điều trị thay thế làm việc, còn hóa trị lại làm chậm đi sự chữa trị và gây khó khăn hơn cho liệu pháp thay thế làm việc. Cái tôi muốn tranh luận là phương pháp y học chính thống chữa trị ung thư

còn tệ hơn cả kém hiệu quả và rằng mọi thay đổi lối sống không hóa trị còn thuyên giảm ung thư hiệu quả hơn là hóa trị.

Bác sĩ T
Virginia, Hoa Kỳ

Cuốn sách đã cứu sống mẹ tôi.

Lượng thông tin toàn cầu trên internet về ung thư có thể khiến bạn lẫn lộn và cảm thấy như mình chạy lòng vòng trong mê cung không biết rẽ chỗ nào hoặc tin vào đâu. Cuốn sách này đã giúp tôi có hiểu biết và sẵn sàng giúp mẹ tôi chỉ trong vài giờ.

Tôi thấy ở cuốn sách của Bill Henderson cái nhìn tổng quan tuyệt vời về một số phương pháp điều trị ung thư tự nhiên. Ông không bán sản phẩm nào cả hoặc quảng cáo riêng cho phương pháp điều trị nào. Trái lại, tôi thấy sách viết cực kỳ hay, thông minh, súc tích và mô tả tuyệt vời nhiều phương pháp điều trị ung thư tự nhiên. Đồng thời cũng bao gồm các phương pháp điều trị giúp những người đã qua hóa trị.

Cuốn sách cho phép bạn đào sâu thêm thông tin về phương pháp điều trị bạn ưa thích qua việc cung cấp các địa chỉ trang web và gợi ý bạn có thể mua thuốc tự nhiên ở đâu rẻ nhất (trong nước Mỹ). Sách thực sự giúp người đọc hiểu biết đầy đủ về TẤT CẢ những lựa chọn của mình, hơn là chỉ có mổ, xạ trị và hóa trị.

Những chứng cứ rất thuyết phục đã giúp tôi có lòng tin để giúp mẹ tôi đang gần chết (bị ung thư vú di căn mạnh đến gan, phổi, buồng trứng và xương) duy trì ăn lúa mạch xanh sấy khô. Trong vòng hai ngày mức đau nặng đã đỡ hơn. Sau chín ngày bà đã HOÀN TOÀN bỏ thuốc giảm đau, buồn nôn và KHÔNG ĐAU tí nào. Tôi rất biết ơn vì tôi đọc sách này và trở nên hiểu biết hơn về nhiều phương pháp điều trị nổi tiếng, đã qua thử nghiệm và được thử thách tự nhiên. Cảm ơn ông, Bill Henderson.

Peter Mita
Melbourne, Australia

Nếu bạn thích sự ảnh hưởng mạnh, thì đây là Kinh Thánh *của bạn.*

Denzel Koh
Brisbane, Australia

Chào Bill: Cảm ơn ông nhiều về chỉ dẫn và lời khuyên. Ông đang làm việc lớn cho loài người. Bằng sự công nhận, tôi phải báo cáo với ông những kết quả to lớn chúng tôi đã đạt được nhờ những lời khuyên của ông. Hôm nay tôi vui mừng báo cáo rằng chúng tôi đã quét PET/CT toàn thân, kết quả là: Tiêu tan hoàn toàn bên vú trái, không dính líu gì bạch huyết, giảm 80% sự hấp thụ Manubrium. Ấn tượng đến kinh ngạc, bác sĩ ung thư của tôi nói với tôi ông ấy đã giới thiệu chế độ này với các bệnh nhân khác, thậm chí một số người trong gia đình. Việc này cũng giúp vợ tôi giảm thiểu ảnh hưởng phụ của hóa chất. Bà ấy chưa bao giờ mất một ngày làm việc trừ ngày điều trị.

Triệu lần cảm ơn

Simon

Bill thân mến, tôi muốn cảm ơn ÔNG về tất cả công việc khó khăn và cống hiến ông đã đem vào công việc đam mê này!!! Tôi thành thật cảm ơn tất cả thông tin Bill, và tôi xem đó thực sự là phước lành Chúa ban cho tôi khi tôi tình cờ lướt sang đường dẫn trang web của ông. Mẹ tôi bị ung thư hệ bạch huyết cấp, nhưng hiện tại đã thuyên giảm… tôi muốn cảm ơn ông từ đáy lòng!

Natasha

Chúa sẽ mang ông vào lòng tay Người, Bill. Ông là một người kỳ diệu. Và cuộc sống kiếp sau của ông sẽ phản ảnh những gì ông đã làm ở đây. Cảm ơn ông!

Anne Mozdzanowski, Đan Mạch

Chào Bill. Tôi có bản copy cuốn sách của ông chưa quá một tuần. Tôi đang làm luận án Tiến sĩ thứ hai về điều trị ung thư phương pháp thay thế. Chắc chắn tôi sẽ trích dẫn tên ông (và tất nhiên là ca ngợi thích đáng) trong nghiên cứu của tôi. Sách của ông viết thật hay, không hứa hẹn vô lý, và thực sự đưa đến niềm hi vọng. Là một người chăm sóc sức khỏe bệnh nhân, tôi ngày càng vỡ mộng với cái gọi là "phép lạ của y học hiện đại" trong việc điều trị ung thư. Chúng ta KHÔNG hề cải thiện cuộc sống cho ai cả. Bệnh nhân hóa trị và xạ trị luôn luôn không chống nổi sự tàn phá của bệnh vì thiếu phản ứng miễn nhiễm. Cộng đồng y tế thất bại trong việc chỉ ra những sự thật ấy cho bệnh nhân.

Bác sĩ, Tiến sĩ Randy Walden

Bill thân mến,

Chắc chắn Chúa đã phù hộ tôi khi tôi tìm ra ông. Nếu không có ông, chắc tôi đã tin tưởng đi theo con đường mà Phòng khám Cleveland sẽ dẫn tới: chết chắc. Tôi theo tất cả các chỉ dẫn của ông về xét nghiệm Vitamin D, xét nghiệm nước tiểu, đến gặp Diane Meyer, đi bộ, khử độc,… Đối với tôi, điều này có ý nghĩa nhất. Tôi thấy mình bị cuốn vào cơn lốc hành động trong hai tuần qua bởi vì lần đầu tiên tôi đã dừng chảy máu như bác sĩ Garcia cảnh báo. Giờ đây tôi phải giúp cơ thể mình tự chữa trị trước ngày 1 tháng 8. Tôi tin ông và những gì ông nói bởi vì đó là lẽ thường. Cảm ơn ông đã dành rất nhiều thì giờ nói chuyện với tôi. Tôi sẽ báo ông biết tiến triển của tôi.

Cảm ơn rất rất nhiều bạn của tôi!

Wade Werne
Beachwood, Ohio, Hoa Kỳ

LỜI NÓI ĐẦU

Bill Henderson

Xin chào. Tên tôi là Bill Henderson. Vào tháng 10 năm 1990, người vợ quá cố của tôi, Marjorie, bắt đầu cuộc chiến bốn năm với ung thư. Cô ấy mất ngày 1 tháng 11 năm 1994. Rất nhiều phẫu thuật, điều trị hóa trị và đau nhức nhối làm cô ấy cứ mong mỏi suốt hai năm cuối được chết thật nhanh hoặc "chuyển đổi", như cách cô ấy nói.

Sau khi chứng kiến điều đó, thật khó để tôi tin nổi hàng triệu người mỗi năm phải cam chịu sự hành hạ như thế. Tôi đọc nhiều kể từ năm 1994, tìm kiếm sự chọn lựa mà chúng tôi còn chưa biết. Tôi đã tìm thấy hơn bốn trăm tài liệu!

Nhận thức rõ hàng triệu bệnh nhân ung thư cần thông tin này để sống sót, tôi bắt đầu chiến dịch tổng lực. Qua sách, bản tin, hội thảo, hướng dẫn qua điện thoại và chương trình phát thanh hàng tuần, với thông điệp cứu lấy – cuộc sống, tôi cố gặp gỡ càng nhiều người nếu có thể.

Hàng ngày tôi dành thời gian nói chuyện bằng email và điện thoại với nhiều bệnh nhân ung thư. Tôi không phải là bác

sĩ. Tôi chỉ là "người đưa tin". Tuy nhiên, bằng những thông tin góp nhặt được, tôi có thể giúp hàng ngàn người trên thế giới tự chữa khỏi ung thư. Cái duy nhất tôi bán là cuốn sách này và dịch vụ hướng dẫn qua điện thoại. Các bản tin và chương trình phát trên radio là miễn phí.

Nếu bạn chưa đăng nhập bản tin của tôi thì hãy làm luôn bây giờ đi. Chỉ vào trang web: www.beating-cancer-gently.com và đăng ký tên bạn và địa chỉ email thôi. Những bản tin tôi đăng mỗi tháng một số và nhằm cập nhật thông tin trong sách này. Hơn 34.000 độc giả trên 88 nước hiện đang nhận bản tin này. Có thể bạn muốn đọc một số bài viết của bản tin, chỉ cần click vào đường dẫn "Newsletter Archive"trong trang web.

Trong cuốn sách trước *Chữa trị ung thư của bạn* (Cure Your Cancer) và phiên bản trước của cuốn này, tôi đã liên hệ được khoảng 100.000 bệnh nhân ung thư và hộ lý chăm sóc ở 94 nước. Cuốn sách này đã được dịch sang tiếng Tây Ban Nha, Hy Lạp, Rumani, Hungary, Séc và Đức. Các bản dịch của cuốn xuất bản lần thứ tư này sang tiếng Nhật và Trung Quốc đang được tiến hành.

Năm 2010, Andy Scholberg – "người viết hộ" xuất sắc đã phác thảo 41 trang tóm tắt cuốn sách này và xuất bản dưới tên *Cách chữa hầu như mọi loại ung thư tại nhà chỉ với 5,15 đô-la một ngày* (How to Cure Almost Any Cancer At Home for $5.15 A Day). Tôi đã được phỏng vấn trên 45 chương trình radio. Tôi đã trình bày hàng chục hội thảo trên khắp nước Mỹ và Canada về *Đánh bại ung thư – Nhẹ nhàng* (Beating Cancer – Gently).

Ai thích nghe hơn đọc thì cuốn sách này có ở dạng âm thanh tại http://amazon.com. Sách cũng có ở định dạng Kindle của Amazon.

Từ tháng 10 năm 2007, tôi dẫn chương trình radio nói chuyện trên web mang tên *Sống thoát khỏi ung thư như thế nào*

(How to Live Cancer-Free). Trong 122 chương trình trên trang web đó thì chương trình của tôi là nổi tiếng nhất trong ba năm. Bạn có thể tìm thấy các chương trình cũ của tôi tại http://webtalkradio.net/?S=bill+henderson&task=search.

Vào tháng 2 năm 2010, bác sĩ Carlos Garcia (người bạn tâm giao của tôi) và tôi đã bắt đầu chương trình đàm luận kéo dài một giờ, cách hai tuần một lần trên http://talkshoe.com. Tại đó chúng tôi trao đổi rất nhiều chủ đề về sức khỏe và trả lời trực tiếp các câu hỏi của những người tham gia. Bạn sẽ tìm thấy băng ghi các cuộc nói chuyện và chỉ dẫn cách nghe tại trang web của bác sĩ Garcia http://utopiawellness.com.

Bác sĩ Garcia là một bác sĩ được đào tạo chính thống. Ông đã phá bỏ khuôn mẫu đó và trở thành bác sĩ có hiểu biết toàn diện tuyệt vời vì có nhiều thành công giúp các bệnh nhân tự chữa trị ung thư. Ông đồng ý trở thành đồng tác giả với tôi trong lần tái bản lần thứ 4 này. Tôi kính trọng sâu sắc lời cam kết của ông cho thông điệp trong cuốn sách này và bổ sung lời khuyên quý giá của ông cho bạn.

Bây giờ tôi muốn giúp BẠN. Nếu cuốn sách này có thể thuyết phục bạn thấy được trách nhiệm tự chăm sóc sức khỏe cho bản thân quan trọng đến thế nào thì tôi rất vui mừng. Bởi vì khi đó việc thoát khỏi ung thư chỉ còn là vấn đề thời gian.

Một khi bạn đã có quyết định quan trọng là "trở nên thông minh hơn bác sĩ ung thư" thì đúng là có hàng trăm lựa chọn – bác sĩ, phòng khám, chất bổ sung, thay đổi chế độ ăn, tác nhân chelat[1], phương pháp khử độc – chúng sẽ giúp bạn thoát khỏi ung thư. Cuốn sách này cô đọng những điều đó thành đơn giản, chế độ bẩy-phần ai cũng có thể làm, ai cũng có thể cố gắng. Hàng ngàn người đã tự chữa khỏi ung thư kể từ tháng 11 năm 2004 khi ấn bản đầu tiên của cuốn sách này được xuất bản.

---

[1] Tác nhân chelat: Xem Chương 8.

Khác biệt chính giữa bây giờ và hồi 1990-1994 khi tôi đi tìm thông tin để giúp Marjorie, là internet. Hiện nay bệnh nhân ung thư có sóng thần thông tin về hơn 400 phương pháp điều trị ung thư không độc hại và nhẹ nhàng. Chế độ tôi khuyến nghị ở Chương 5 là bảy trong 400 phương pháp đó – và nó hiệu quả cho mọi người. Tôi sẽ giải thích cho bạn tại sao ở Chương 5. Đó không phải là sự ngẫu nhiên.

Đối với những ai không thể tự chữa trị được thì một trong những lựa chọn tốt nhất là Trung tâm Utopia Wellness của bác sĩ Garcia ở Clearwater, Florida. Bằng những lựa chọn điều trị phong phú, bác sĩ Garcia đã giúp rất nhiều bệnh nhân tự chữa trị ung thư. Bạn có thể khám phá phương pháp của ông và nghe được rất nhiều chứng thực tại trang web của ông http://utopiawellness.com. Bạn cũng có thể gặp ông để xin tư vấn qua điện thoại tại (727) 799-9060 (giờ Đông).

Trong cuốn này bạn được hưởng lợi của 11 năm phản hồi ý kiến nhận được từ mạng lưới sôi nổi các bác sĩ, nha sĩ, các bác sĩ dinh dưỡng, những người sống sót từ ung thư và những người tham gia vận động như tôi. Những người như bác sĩ Carlos Garcia, bác sĩ John Lubecki, bác sĩ Hal Huggins, bác sĩ Chris Hussar, Bob Davis, George Freaner, Art Brown, Gavin Phillips, Tony Preston, Webster Kehr, Michael Vrentas, Paul Winter, bác sĩ Mike Thompson, bác sĩ Ron Wheeler, Herb Horky, Ed Vanoverloop, bác sĩ John Tate, Roger delong, bác sĩ Ralph Moss, Fred Eichhorn, bác sĩ Joseph Mercola, bác sĩ David Gregg, bác sĩ Richard Kinsolving, bác sĩ Loretta Lanphier, Ann Fonfa, bác sĩ Vincent Gammill, bác sĩ Dana Flavin... đã bằng sự hỗ trợ cá nhân giúp mở mang thêm kiến thức cho tôi.

Các tác giả tôi phát hiện ra từ khi cuốn đầu được xuất bản gồm: Daniel Haley và cuốn sách tuyệt diệu của ông *Politics in Healing*; Tiến sĩ Colin Campbell và cuốn tin cậy về dinh dưỡng

The China Study; John Barron với cuốn *Lessons From The Miracle Doctors*; Les Winick với cuốn *The Reference Guide For Prostate Cancer*; Roger Mason với cuốn *The Natural Prostate Cure*; bác sĩ Matthias Rath và cuốn sách độc đáo *Cancer*; bác sĩ Ralph Moss và 13 cuốn về ung thư; Anne Frahm cuốn *A Cancer Battle Plan*; Ty Bollinger *Cancer – Step Outside The Box*; Tanya Harter Pierce *Outsmart Your Cancer*; bác sĩ Simon Yu *Accidental Cure* và Connie Strasheim *Defeat Cancer*. Nguồn tài liệu sẵn có cho bạn là rất nhiều.

Cuối cùng, các tổ chức và các trang web phi thương mại hiện nay giúp bạn đạt yêu cầu sức khỏe hoàn hảo. Đó là: cancertutor.com; alternativemedicine.us; The American Colledge for Advancement in Medicine; The Life Extension Foundation; The National Foundation For Alternative Medicine; The Cancer Control Society; The Health Sciences Institute; The National Cancer Research Foundation; The Cancer Cure Foundation; People Against Cancer; The Foundation For The Advancement of Innovative Medicine; Health Sciences Institute; và The American Biological Dentist Association.

Chúng tôi kể ra tất cả những thứ trên chỉ cốt để bạn biết rằng hiện có lực lượng rất lớn hậu thuẫn cho bạn ngay bây giờ. Không như hồi 1994 khi Marge và tôi rất cần thông tin. Hầu hết những cá nhân và tổ chức đó có trang web và bản tin cực kỳ có ích giúp tìm kiếm đúng sản phẩm và đúng người giúp đỡ bạn. Cũng như chúng tôi, sự chu đáo chứ không phải tiền là động cơ thúc đẩy họ.

Tôi làm về phần mềm máy tính và tiếp thị. Tôi nghỉ hưu sau 25 năm phục vụ Không Lực Hoa Kỳ với quân hàm Đại tá năm 1977, tôi thành lập một công ty phần mềm bán phần mềm chuyên dụng cho kiến trúc sư và kỹ sư – Phần mềm đầu tiên trên thế giới về lĩnh vực đó. Chúng tôi có khách hàng ở 42 bang và bốn tỉnh ở Canada. Tôi đã bán công ty năm 1995.

Ngoài viết và nghiên cứu ung thư, tôi đã làm thử một loạt dự án internet. Tôi có bằng MBA của Trường Tổng Hợp George Washington (George Washington University). Bản chất của tôi là doanh nhân.

Cuốn sách này, tuy nhiên, là việc làm xuất phát từ niềm đam mê thực sự. Chúng tôi biết nó có thể giúp được bạn rất nhiều, nếu bạn tin chúng tôi và cởi mở. Tôi đã 79 tuổi vào tháng 1 năm 2011. Gia đình tôi và tôi có lẽ đã làm việc với hơn 200 bác sĩ và ít nhất 10 người trong số họ đã trở thành bạn thân. Thời gian sống ở San Antonio, tôi chơi golf hai lần mỗi tuần với một bác sĩ nhi khoa. Một trong những người bạn thân nhất của tôi vừa là nha sĩ, vừa là bác sĩ. Trong mấy năm qua, tôi đã tiếp xúc rất nhiều với hệ thống y tế.

Năm 1992, tôi gặp bác sĩ Joe David. Ông bắt đầu với tôi một kế hoạch và tôi tiếp tục kể từ đó. Ông cũng khiến tôi tin về tầm quan trọng của dinh dưỡng thích hợp. Ông đã mở ra hàng loạt "trung tâm sức khỏe" *(fitness center)* gọi là Ultra-Fit ở San Antonio. Sổ tay 2 "Ngưng Lão Hóa Bằng Tập Luyện" sẽ tóm tắt đóng góp của bác sĩ Joe David cho sức khỏe của tôi hiện nay.

Năm 1996, tôi phải phẫu thuật mở giác mạc một mắt và hiệu chỉnh bằng laze mắt bên kia cho phép tôi bỏ cặp kính tôi đã đeo cả đời. Giờ tôi chỉ đeo kính lúc đọc và làm việc với máy tính. Năm 1997 tôi phải chữa võng mạc cả hai mắt. Tôi nhìn tốt hơn nhiều so với bất cứ thời điểm nào trước đây. Tôi được chữa thoát vị háng rất chuyên nghiệp năm 1998. Tôi được thông sạch xoang năm 1999, chấm dứt hẳn bệnh xoang kinh niên. Bác sĩ nói rằng bà ấy đã ngừng đếm khi loại bỏ đến 104 u nhỏ (polyp) cho tôi.

Cũng như phần lớn đàn ông ở tuổi tôi, tôi bị phì đại tiền liệt tuyến. Tôi sẽ giải thích ở Chương 7 về một sản phẩm tuyệt vời tên là Prostabel cuối cùng đã giải thoát cho tôi khỏi những khó

chịu gây ra bởi căn bệnh đó. Các bác sĩ khoa tiết niệu đã chữa cho tôi trong 25 năm qua. Trong khoảng 14 năm, họ bốn lần lấy sinh thiết tiền liệt tuyến của tôi, tất cả đều âm tính. Nếu khi đó tôi hiểu biết như bây giờ, tôi đã không để lấy sinh thiết như thế.

Giờ đây, tôi thấy thể lực mình tốt hơn so với 40 năm trước. Tôi kể những trải nghiệm gần đây của tôi về y tế chỉ để nhấn mạnh với bạn rằng tôi chả là gì cả nhưng tôi chống-bác sĩ. Các bác sĩ phụng sự mục đích tốt đẹp trong xã hội. Nếu tôi bị tổn thương hoặc có khó khăn y tế nào đó, tôi tin chắc hầu hết các bác sĩ ở nước Mỹ sẽ chăm sóc tốt nhất cho tôi. Tuy nhiên, quan điểm của họ về điều trị ung thư và các bệnh suy thoái mãn tính lại bị che khuất bởi sự thiên vị trong xã hội chúng ta do lượng tiền khổng lồ và ảnh hưởng của nó đến từ các công ty dược (Big Pharma). Một số bác sĩ được đào tạo chính quy như bác sĩ Garcia đã phá bỏ khuôn mẫu "bác sĩ" chính thống và trở thành những người chữa bệnh thực sự. Hãy tìm kiếm họ.

Bạn đã có cuốn *Thoát khỏi ung thư* với thêm bốn cuốn "sổ tay" ở cuối sách, chúng có tựa đề:

"Ngưng Lão Hóa Bằng Chế Độ Ăn"

"Ngưng Lão Hóa Bằng Tập Luyện"

"Chiến Thắng Tiểu Đường"

"Chữa Đau Lưng"

Chúng tôi tránh không dùng ghi chú trong sách. Nó không được học thuật lắm cho các nhà nghiên cứu. Đây là sách "làm thế nào" dành cho người bị ung thư hay có họ hàng hay bạn bè bị ung thư. Nguồn tài liệu chúng tôi sử dụng có thể tìm thấy ở Phụ lục A cùng với danh mục nhiều nguồn tài liệu khác nữa.

Trước khi đọc cuốn sách này, chúng tôi phải cho bạn cảnh báo và miễn trừ trách nhiệm sau:

Các tác giả sách này một người là nhà nghiên cứu và viết lách, một người là bác sĩ. Tuy nhiên, những sự thật trong những trang tiếp theo được đưa ra chỉ như thông tin, không phải lời khuyên y tế. Mục đích là tạo ra cơ sở để cùng hiểu biết. Mặc dù có rất nhiều thứ mà mỗi người trong các bạn có thể tự làm để phòng bệnh, chúng tôi không khuyến khích bạn tự chữa trị ung thư, tiểu đường và các vấn đề về lưng. Việc quản lý điều trị những bệnh đó kể cả liệu pháp dinh dưỡng, phải làm dưới sự giám sát của những người chăm sóc sức khỏe chuyên nghiệp là chuyên gia trong lĩnh vực của họ.

Bill Henderson

Nhà nghiên cứu và tác giả

LỜI TỰA

Bác sĩ Carlos M. Garcia

Một hôm tôi và Bill nói chuyện với nhau, ông ấy hỏi tôi một câu hỏi rất đơn giản là: *"Triết lý của ông về y học là gì?"* Khi cuộc đàm đạo của chúng tôi tiếp tục, thì càng rõ ràng thực chất câu hỏi mà ông ấy hỏi là: *"Làm thế nào chúng ta có thể giúp truyền cho mọi người sự tự tin ở bản thân để tự đặt câu hỏi cho vùng thoải mái của họ?"* Vùng thoải mái của họ là lòng tin của họ vào y học truyền thống phương Tây hay y học đối chứng, là sự lựa chọn duy nhất của họ khi cần chăm sóc y tế.

Với ý nghĩ này trong tâm trí, cho phép tôi chia sẻ quá trình tiến triển của tôi từ bác sĩ đến bác sĩ điều trị phi phẫu thuật. Tôi được đào tạo ở Trường Y của Đại học Tổng hợp Massachusetts và sau đó tôi được huấn luyện tại Đại học Tổng hợp Hahnemann ở Philadelphia, Pennsyvalnia. Tôi có một giai đoạn hành nghề bác sĩ gây mê rất thành công cho đến lúc gặp một tai nạn quái đản đã kết thúc sự nghiệp bác sĩ gây mê của tôi. Vài tháng sau tai nạn, một người bạn là bác sĩ gọi cho tôi và gợi ý tôi cân nhắc việc điều hành một phòng khám chữa bệnh bằng tác nhân

chelat. Tôi hỏi ông ấy: "Chelat là cái gì?" Câu trả lời của ông ấy là: "Tôi cũng chả biết gì cả". Thế là tôi đến phòng khám, tự giới thiệu bản thân và cuối cuộc trò chuyện là về vị trí của tôi. Tôi vẫn chẳng có ý tưởng nào về công việc tôi làm, nhưng tôi phụ trách phòng khám.

Vào ngày hôm sau thì tôi đã hiểu được bản chất của phòng khám. Tôi phụ trách một phòng khám theo phương pháp "thay thế". Nói theo tín ngưỡng là gặp nghiệp chướng! Tôi từng biết "y học thay thế" chỉ là lang băm lừa bịp. Tôi lại bối rối vì các bệnh nhân của tôi đều có trình độ rất cao. Tại sao, tôi ngạc nhiên, sao họ chịu quy phục lang băm như thế? Tôi được trang bị tồi để điều hành cơ sở này. Một trong những khía cạnh cuốn hút trong quá trình học của tôi là trong phòng khám này, bệnh nhân thông thạo hơn tôi rất nhiều. Mặc dù tôi đã nghe những thuật ngữ như: chống ô-xy hóa, dinh dưỡng và khử độc, nhưng tôi chẳng có bất cứ kinh nghiệm lâm sàng nào về chúng.

Bù lại sự thiếu hụt kiến thức, tôi thấy mình buộc phải học. Lúc đầu tôi cố tìm chương trình y học thay thế nội trú. Đây là một ví dụ rõ ràng tất cả chúng ta được truyền thụ theo một cách thức riêng biệt như thế nào vào suy nghĩ. Nó nhanh chóng trở nên rõ ràng, tự tôi có hai lựa chọn. Tôi có thể nghỉ hưu hoặc có thể tự học. Tôi đã chọn cái sau. Tôi tin vào khái niệm duy nhất tiếp sức cho tôi lành mạnh mà thu thập kho kiến thức cho mình, đó là thứ tôi đã học được trong thời gian học nội trú gây mê rằng cơ thể con người phục hồi khá nhanh, nhất là trẻ em.

Để tìm kiếm kiến thức mới, tôi sử dụng internet. Tôi liên lạc với nhiều bác sĩ trên thế giới, tích trữ thông tin họ chia sẻ và rồi tôi ngày càng trở nên mơ hồ. Nhưng sự mơ hồ đó bản thân tôi chẳng phiền toái gì vì tôi biết ánh sáng sẽ đến sau mớ hỗn độn ấy, chí ít là đối với tôi. Rồi chuỗi ngày lại tiếp tục; tôi đọc hết chủ đề này đến chủ đề khác với hi vọng rằng câu hỏi bệnh nhân

đưa ra là những vấn đề tôi vừa mới đọc. Tôi nhớ câu chuyện cha tôi chia sẻ: Ông quyết định dạy tiếng Tây Ban Nha khi đầu tiên chúng tôi chuyển đến nước Mỹ, ông bảo ông cứ nghiên cứu và học phần sau trong khi dạy học sinh phần trước.

Thời gian trôi đi, tôi để ý thấy sức khỏe các bệnh nhân của tôi tiến triển mà chẳng dùng đến thuốc. Vào một ngày thứ Năm khi tôi đang trong văn phòng thì có ba bệnh nhân đến khám. Họ chả liên quan gì đến nhau, nhưng cả ba phàn nàn giống nhau. Khi đứng dậy họ cảm thấy đầu lâng lâng. Giờ thì tôi biết điều đó là gì. Tôi nhanh chóng lấy ra bản đơn thuốc và giảm thuốc cao huyết áp (bị huyết áp cao) cho họ. Lần đầu tôi làm cho bệnh nhân thứ nhất, tôi thấy bình thường. Tuy nhiên, đến bệnh nhân thứ ba, tôi thấy nóng ruột rất kỳ lạ mà tôi không sao xác định được.

Tôi tiếp tục vật lộn với sự nóng ruột đó cho đến khi tôi nhận ra được vấn đề. Giáo điều Đại học Y khoa đã dạy tôi và vẫn đang dạy hôm nay rằng khi bệnh nhân đang dùng thuốc, đặc biệt là thuốc cao huyết áp, thì bác sĩ có thể thay đổi thuốc hoặc cho thêm thuốc. Tuy nhiên, một khi bệnh nhân đang dùng thuốc thì ông hay bà ấy sẽ luôn duy trì nhu cầu về thuốc. Song, ba bệnh nhân này đã chứng tỏ giáo điều đó không đúng! Tương tác của tôi với ba bệnh nhân đó không được may mắn. Xem lại biểu đồ của họ, tôi nhận ra những bệnh nhân này được chẩn đoán đúng và được điều trị bằng thuốc cao huyết áp. Hơn nữa, cả ba bệnh nhân đều ổn định với thuốc. Chỉ có một biến đổi đã thay đổi cho họ là trị liệu tác nhân chelat tĩnh mạch làm tại phòng khám của tôi.

Sự chấp nhận của y học phương Tây đối với liệu pháp tác nhân chelat giới hạn chỉ với độc tố kim loại nặng và mức canxi tăng cao nghiêm trọng. Y học đối chứng chế giễu việc sử dụng liệu pháp tác nhân chelat đối với bất kỳ mục đích nào khác kể

cả huyết áp cao. Vẫn còn chưa biết nhiều hơn. Làm sao tôi có thể dung hòa sự thực mới phát hiện này, nói cách khác thì giảng dạy ở Trường Y của tôi không đầy đủ? Với tính cách của mình, tôi bắt đầu đặt nghi vấn về mọi thứ tôi đã được dạy. Tôi để sự quyết tâm dẫn dắt con đường học hành của tôi. Trước lúc có sự việc này, tôi đã làm một việc hợp lý là thu thập kiến thức, nay tôi trở thành con người của một sứ mệnh. Tôi bắt đầu đọc và học về y học thay thế và các tổ chức chuyên nghiệp của họ. Tôi đã đọc mọi thứ có thể cho đến khi bị rối loạn. Khi biết có thể liên kết các vấn đề khó xử lại với nhau, thế là tôi bắt đầu và cứ thế tiếp tục.

Bài học đầu tiên của tôi là chúng ta cần thường xuyên làm những gì chúng ta đặt ra hơn là chỉ lên kế hoạch. Tôi học được phải bỏ qua những cái thừa thãi. Bỏ qua kể cả những người có tước hiệu đứng trước hoặc sau cái tên của họ. Vậy là tôi bắt đầu đọc công trình nghiên cứu thực hiện bởi người không danh tiếng, một số có tước vị và số khác thì không có như: Hoxsey, Rife, Kelley, Geerson, Koch,… Một trong những điều thú vị mà tôi học được là những nghiên cứu thực hiện trong giai đoạn những năm 1910 và 1930 là rất nổi bật và còn giá trị đến hôm nay. Tuy nhiên, giáo dục y học hiện đại, vì những lý do tôi không rõ, cứ tiếp tục xem khối kiến thức phi thường này là không xứng đáng để công bố. Nghiên cứu cũ không có nghĩa là không có giá trị hay nghèo nàn.

Tôi tự hỏi tôi muốn cuộc sống của mình như thế nào? Lựa chọn thứ nhất là nhắm mắt lại, làm việc như thường lệ, về hưu và cứ thế tiến lên. Lựa chọn thứ hai của tôi là học càng nhiều càng tốt và cố gắng tạo nên sự khác biệt, giống như rất nhiều người khác đã phấn đấu trong quá khứ. Vào năm 2005, tôi là Giám đốc phòng khám tác nhân chelat lớn nhất thế giới. Chúng tôi quản lý khoảng 20.000 ca điều trị một năm và đang tăng trưởng 20%/năm.

Trong giai đoạn 1995 và 2005, tôi tập trung vào chứng xơ cứng động mạch và biến chứng của nó. Vào thời gian đó nó là bệnh và nguyên nhân hàng đầu dẫn đến tử vong ở Mỹ. Hơn nữa, tôi cũng bắt đầu khảo sát những phương pháp điều trị một loạt bệnh gọi là "nan y" như bệnh viêm đường ruột (Crohn), viêm ruột kết gây loét, viêm gan, mụn rộp, AIDS, HIV và các bệnh tự miễn dịch. Tôi cũng bắt đầu khảo sát mối quan hệ giữa những liệu pháp y học không được đánh giá cao như nắn khớp bằng tay, rửa ruột, giải độc và liệu pháp xoa bóp. Tủ công cụ y học của tôi đã khá lên. Cái khó nhất đối với tôi là thay đổi chế độ ăn và dinh dưỡng nói chung. Bệnh nhân đưa ra quá nhiều trở ngại khi nói đến dinh dưỡng. Viên ngọc vương miện đã đến vào năm 2006 khi cuối cùng tôi nhận ra nó qua lớp sọ dày của tôi rằng ý nghĩ nằm trong não ở tất cả bệnh nhân cũng cần được giải quyết nếu bệnh nhân có cơ hội "khỏi bệnh". Sau 2005, tôi tập trung chú ý vào căn bệnh ung thư "kinh sợ nhất" mới nổi lên ở Mỹ. Càng nghiên cứu tôi càng nhận ra phép chữa đối chứng là con đường sai lầm. Vì vậy, tôi tiến tới một việc mới. Tôi thành lập Trung tâm Sức khỏe Lý tưởng (Utopia Wellness Center).

Tại trung tâm, chúng tôi nhận tất cả mọi người, chúng tôi không "sàng lọc" bệnh nhân. Có một số chúng tôi khuyên đừng đến dựa vào tư vấn qua điện thoại. Tuy nhiên, bất cứ lúc nào bệnh nhân muốn đến, tôi thấy mình bắt buộc phải nhận người ấy. Tôi không có quyền từ chối bất cứ ai trong tuyệt vọng, vì thế mọi người đều có thể đến.

Tóm lại là, tôi đã tuyên thệ cố sức làm người lương thiện và giúp đỡ đồng loại. Tôi cố làm điều đó với khả năng tốt nhất của mình. Tôi không biện hộ cho những gì tôi làm. Nó có tác dụng cho một số. Nhưng sau cùng, y học là một nghệ thuật, không phải khoa học.

Khi tôi nói với những người còn say mê bởi giáo điều rằng y học đối chứng là y học "duy nhất thực" và y học thay thế là lang băm, thì họ biện hộ cho vị trí của mình bằng nhu cầu thành đạt. Tuy nhiên, cái mà hầu hết các bạn không hiểu là phần lớn bệnh nhân của tôi thất bại với phép chữa đối chứng và họ được khuyên hãy về sắp xếp công việc của mình. Xuất hiện sự lựa chọn giữa chối bỏ và chết, thì thay thế dễ dàng được nắm bắt. Tuy nhiên khi tôi hỏi những người đó nếu họ từ trước đến giờ có dám hỏi cùng câu hỏi đó với bác sĩ ung thư như họ hỏi tôi thì họ thường tránh trả lời. Giáo điều không hỏi "chính thể" truyền thống đang chiếm ưu thế.

Nào, để tôi thử xếp hạng sân chơi. Nước Mỹ đang trở nên là một *dân tộc yếu ớt hơn* mỗi năm. Mọi người đều đồng ý rằng chúng ta không có chăm sóc sức khỏe, mà chủ yếu chấp nhận *chăm sóc ốm đau,* điều này chỉ là y học xoàng xĩnh. Vì tôi tin rằng ung thư là căn bệnh số một ở Mỹ hiện nay, hãy cho phép chúng tôi cơ hội hướng dẫn bạn. Hầu hết người Mỹ chưa bao giờ được tiếp xúc với chăm sóc sức khỏe. Giáo điều không dựa vào thực tế đã bôi nhọ y học "thay thế". Y học đối chứng hầu như được làm sẵn cho những người chạy theo, chứ không dành cho những người dẫn dắt. Tuy nhiên, sự thật vẫn là sự thật. Sau đây là những sự thật mà y học đối chứng phải che dấu.

Hóa trị là một lựa chọn để điều trị và chữa ung thư có tỉ lệ thất bại 97%. Thuyên giảm tự phát có thể mang lại một tỉ lệ thành công cao hơn. Điều này có thể là một cú sốc đối với bạn và khiến bạn phải hỏi: "Nếu như vậy, tại sao các bác sĩ ung thư không nói với chúng ta điều đó?" Điều mà tôi có thể làm là khuyên bạn tìm lời giải đáp từ bác sĩ ung thư của bạn.

Đối với những người cho rằng điều này hoàn toàn vô nghĩa, hãy ghé trang web của tôi: http://www.utopiawellness.com. Và gõ "chemotherapy cure."

Nó cho bạn tiếp cận nghiên cứu gốc năm 1985 đưa ra tuyên bố về "tỉ lệ thất bại 97%". Tôi cũng nói: "Vâng, đó là hồi 1985. Tôi đảm bảo tỉ lệ chữa khỏi bây giờ, sau 26 năm, phải cao hơn." Tôi đã sai. Vào năm 2004, một nghiên cứu được các bác sĩ ung thư ở Úc công bố trong xuất bản phẩm *Ung thư lâm sàng* (Clinical Oncologgy), quyển 16, từ trang 449 đến 560. Kết luận của nghiên cứu năm 2004 là về tỉ lệ sống được 5-năm nữa chứ không phải tỉ lệ chữa khỏi, chỉ giúp 2,3% bệnh nhân ung thư Úc chọn hóa trị, trong khi chỉ giúp 2,1% bệnh nhân ung thư Mỹ chọn hóa trị. Lần đầu tiên bạn nghe thấy điều này phải không?

Cá nhân tôi bị sốc bởi phát hiện của họ khẳng định hóa trị chỉ hiệu quả trong 1,4% phụ nữ Mỹ bị ung thư vú. Bạn và người thân của bạn có được biết điều này không? Các tổ chức nghiên cứu ung thư đã tiêu tiền của họ như thế nào? Thật kinh hoàng là trong 20 năm chúng ta thụt lùi từ chỉ 3% thành công xuống còn ít hơn thế! Tuy nhiên một số ít bác sĩ nhận biết được những nghiên cứu này. Những người biết lại hiếm khi chia sẻ thông tin này với các bệnh nhân ung thư tin tưởng và dễ dãi, thật đáng tiếc là họ phải chịu đựng hậu quả của lời nói dối bởi thiếu sót.

Tôi đang nỗ lực mang chăm sóc sức khỏe đến nước Mỹ, vì hình như rất ít người trong ngành y có đủ can đảm thử làm như vậy. Tôi hiểu sự bối rối của họ. Tôi hiểu được trực tiếp cái gì có thể xảy ra. Tôi có động lực huấn luyện bạn để giúp tất cả chúng ta nhận được cái chúng ta đã giao ước: *chăm sóc SỨC KHỎE* và chấm dứt *chăm sóc ốm đau* của chúng ta.

Một định nghĩa của sự điên rồ là lặp lại một quá trình hết lần này đến lần khác sự lường trước một kết quả khác. Hóa trị, xạ trị và phẫu thuật là những phương pháp cứu chữa ung thư đã thất bại từ 70 năm qua. Chúng thất bại thảm hại thậm chí khi đã hạ thấp mức độ xuống đến sống chỉ được 5-năm nữa với cái chết kinh hoàng theo sau và không quan tâm đến chất lượng

sống trong thời gian điều trị. Tuy nhiên, tôi tin rằng ảo tưởng đó là nguồn cứu chữa duy nhất cho ung thư đã làm tăng áp lực thuyết phục bệnh nhân chọn tình trạng tồi tệ này.

Nếu được đúc kết triết lý của tôi về y học thì nó sẽ như sau: bác sĩ và bệnh nhân phải cùng nhau làm việc. Là một bác sĩ, công việc của tôi là huấn luyện bệnh nhân và hướng người bệnh thoát ra khỏi hiểm nghèo. Tôi cần phải càng minh bạch càng tốt trong khi vẫn thừa nhận những thiếu sót của mình.

Các bệnh nhân dạy tôi rằng chỉ có bệnh nhân mới có thể tự chữa bệnh cho họ. Tất cả chúng ta phải nuôi dưỡng, hỗ trợ và tôn trọng hệ miễn dịch. Dù là bác sĩ thì tôi cũng chỉ là một con người. Trái với y học giáo điều, ung thư không phải là điềm báo trước cái chết. Chúng ta hãy nắm lấy cuộc sống và sống trọn vẹn nhất.

Tôi hi vọng cuốn sách này sẽ giúp nhiều người trong các bạn mở rộng tầm nhìn và truyền cho bạn sự tự tin để chất vấn. Nó sẽ hỗ trợ bạn đạt được phương pháp cứu chữa mà bạn hoàn toàn xứng đáng.

Xin nhớ, đây là cuộc sống của bạn; là sức khỏe của bạn và là chọn lựa của bạn. Hãy lựa chọn sáng suốt!

Hãy để sự khai sáng bắt đầu…

Bác sĩ Carlos M. Garcia

CHƯƠNG 1

GIỚI THIỆU CHIẾN THẮNG CUỘC CHIẾN UNG THƯ

"Tự nhiên chữa trị;
công việc của bác sĩ là giúp đỡ tự nhiên."

HIPOCRATES (NĂM 400 TRƯỚC CN)

Chúng tôi vinh dự với niềm hi vọng có thể giúp bạn hoặc người thân của bạn điều trị ung thư. Trong nhiều năm chúng tôi đã tư vấn cho mọi người làm thế nào để đương đầu với ung thư, họ đã dạy chúng tôi rằng ngày nay người ta chết vì ung thư chỉ do ba nguyên nhân: 1. Thiếu thông tin; 2. Thiếu kỷ luật khi đã nắm được thông tin; 3. Tin tưởng mù quáng vào bác sĩ ung thư của họ.

Từ ung thư trong chẩn đoán của bạn luôn luôn gây nên sợ hãi. Đấy là một phần của văn hóa chúng ta. Sợ hãi do tàn tật và đau đớn thực ra còn lớn hơn nỗi sợ cái chết. Chẩn đoán bị ung thư không phải là một bản án tử hình.

Tại sao lại nghe chúng tôi?

Bạn có hai lựa chọn. Tự tìm kiếm thông tin giống như trong sách này hoặc nghe theo bác sĩ ung thư của bạn. Chúng tôi kêu gọi bạn hãy đọc khoảng 10 đến 20 tiếng (cả cuốn sách này) để trở nên "thông minh hơn bác sĩ ung thư của bạn" về ung thư.

Phục hồi ung thư là dễ nhất trong các bệnh suy thoái. Dễ hơn nhiều so với tiểu đường. Khi hiểu được ung thư là gì, thì chữa trị nó với bác sĩ ung thư không có ý nghĩa gì.

Ví dụ, nếu bạn được chẩn đoán bị ung thư, thì các bác sĩ ung thư của bạn có tìm hiểu nguyên nhân của ung thư với bạn không? Nếu có, vậy bạn là trường hợp duy nhất. Chúng tôi đã hỏi câu hỏi này với hàng ngàn bệnh nhân ung thư và câu trả lời luôn luôn là "Không". Việc này có ý nghĩa lắm không? Bạn là một bác sĩ ung thư và bạn đang cố chữa trị gì đó nhưng bạn lại không quan tâm đến việc tìm hiểu nguyên nhân của nó.

Rồi bạn sẽ thấy chúng tôi sẽ dành rất nhiều phần trong sách này tìm hiểu nguyên nhân chung về ung thư và "chúng tôi sẽ làm gì nếu chúng tôi là bạn" để chữa trị. Đó là thông tin đáng giá nhất chúng tôi có thể mang đến cho bạn. Nó cũng đủ để chữa khỏi cho hàng ngàn bệnh nhân trên thế giới.

"Về bác sĩ của tôi thì sao?"

Một câu hỏi nhạy cảm vào thời điểm này là "Tôi không cần bác sĩ sao?". Tất nhiên. Tất cả chúng ta đều cần bác sĩ. Nếu chúng ta được nhận vào một bệnh viện vì bị thương hay đau ốm cấp cứu nào khác, thì chúng ta cần bác sĩ. Câu hỏi bạn sẽ cần phải trả lời sau khoảng 20 tiếng đọc xong là: "Tôi có cần một bác sĩ ung thư không?"

Câu trả lời của cá nhân chúng tôi cho phần lớn các bạn là "Không". Không, sau khi được bác sĩ chẩn đoán để xác nhận

bạn bị loại ung thư nào. Cũng cần nhớ rằng, một bác sĩ không nhất thiết phải là bác sĩ chuyên ung thư mới có thể chỉ định các xét nghiệm ung thư.

Phần sau của chương này bạn sẽ thấy một số danh bạ internet của các bác sĩ "toàn diện" như bác sĩ Garcia. Chọn lựa bác sĩ giúp bạn phục hồi ung thư là một quyết định rất cá nhân. Bác sĩ ấy tất nhiên không cần phải là chuyên gia ung thư. Chúng tôi khuyến khích bạn tìm ra vị bác sĩ "hoàn hảo" như thế. Họ có ở khắp nơi.

Rồi bạn sẽ thấy, tuy nhiên, bạn không nên đợi chờ để bắt đầu chế độ phục hồi của bạn. Bạn phải bắt đầu ngay bây giờ. Hãy sử dụng hướng dẫn ở Chương 5 trong cuốn sách này và những nguồn tư liệu khác chúng tôi sẽ đưa cho bạn để bắt đầu đảo ngược điều kiện gây nên ung thư.

Đừng vội đuổi bác sĩ của bạn

Là một khách hàng am hiểu của dịch vụ y tế, bạn được trao quyền. Khi lời khuyên của bác sĩ trùng với hiểu biết của bạn, bạn sẽ âm thầm chấp nhận cách điều trị của họ. Khi cần, bạn sẽ sáng suốt chọn tìm ý kiến thứ hai, thứ ba hoặc thứ tư.

Trừ phi bác sĩ của bạn là người thường xuyên nghiên cứu vi trùng học, thần kinh, nội tiết, dinh dưỡng, miễn dịch, chelate, y học chức năng và nhiều môn khác nữa, còn không họ không đủ khả năng để khuyên bạn về chống ung thư. Con người chưa thể đọc và đánh giá tất cả lượng thông tin hiện hữu.

Hãy đặt mình vào vị trí của bác sĩ. Các bác sĩ được đào tạo trong các trường Đại học Y, nơi mà các công ty dược cung cấp phần lớn tài trợ nghiên cứu và tài liệu các môn học. Y học chính thống (phép chữa đối chứng) dạy bao gồm điều trị "bệnh" và các triệu chứng bằng thuốc tổng hợp nhân tạo và những quy

trình (ví dụ như phẫu thuật và xạ trị). Cả trong trường và quá trình huấn luyện đều không đề cập khái niệm cơ thể chúng ta có thể chữa khỏi bệnh bằng nuôi dưỡng.

Khi bác sĩ hành nghề, "các đại diện" của công ty dược hàng ngày cám dỗ các bác sĩ và để lại nhiều mẫu thuốc miễn phí. Tổ chức Duy trì Sức khỏe (Health Maintenance Organization – HMO), các công ty bảo hiểm và chính quyền kiểm tra họ, phê phán mỗi chẩn đoán, mỗi xét nghiệm. Người thẩm quyền đợi chờ sơ sẩy nhỏ nhất của bác sĩ hoặc khuyến cáo điều trị "bất thường", chẩn đoán sai hoặc kê đơn sai thuốc. Bác sĩ tìm nơi ẩn tránh trong việc thu hẹp phạm vi chuyên môn. Thậm chí việc tự cập nhật thông tin về các nghiên cứu chuyên môn của mình cũng gần như là không thể vì biết bao các thủ tục hành chính rất ít liên quan đến chăm sóc bệnh nhân. Hầu hết thông tin mới mà bác sĩ có được là thông qua các khóa "đào tạo thường xuyên" được tài trợ bởi một công ty dược.

Các công ty bảo hiểm và chăm sóc y tế (Medicare/Mediaid) thanh toán chỉ một phần nhỏ hóa đơn của bác sĩ, các bác sĩ chịu áp lực kinh tế nặng nề để duy trì "gặp gỡ trực tiếp" bệnh nhân trong thời gian rất hạn chế. Một nghiên cứu đã chỉ ra trung bình bệnh nhân chỉ có hai phút với bác sĩ mỗi lần đi khám. Ngược lại, bác sĩ Garcia dành khoảng một giờ cho mỗi bệnh nhân trong lần khám đầu tiên.

Thật ngạc nhiên khi 51% bác sĩ, trong một khảo sát lớn gần đây, nói họ sẽ không vào Trường Y nữa và 65% nói họ sẽ không khuyên con cái họ chọn nghề này.

Có rất ít bác sĩ hiểu rõ được mối quan hệ giữa lối sống, môi trường và bệnh tật. Trung bình bác sĩ được học hai tiếng (giờ theo đồng hồ, không phải giờ thực) về dinh dưỡng và y học dự phòng trong sáu đến mười năm ở trường y và bệnh viện nội

trú. Dinh dưỡng là môn khoa học ít nhất cũng phức tạp như y học chính thống.

Bạn may mắn vì hàng ngàn nhà y học chuyên nghiệp như bác sĩ Garcia đã thất bại với khuôn mẫu "điều trị triệu chứng bằng thuốc và phác đồ". Chúng tôi sẽ sớm chỉ cho bạn làm thế nào để tìm thấy một trong số những con người tuyệt vời đó gần bạn.

Bốn thiết yếu

Chúng tôi đã quan sát hàng ngàn người đương đầu với ung thư trong 17 năm qua. Những người thành công đã chia sẻ bốn thiết yếu. Chúng tôi gọi là "4 A". Hãy nhớ và sử dụng chúng thường xuyên như bảng tra cứu.

Thiết yếu #1: Quan điểm (Attitude)

Bị ung thư vẫn có thể tiếp tục sống. "Giai đoạn" hoặc loại ung thư không là vấn đề gì. Tất cả bệnh nhân ung thư đều có thể vượt qua và có cuộc sống bình thường. Những người tin vào điều đó bằng tất cả trái tim và tâm hồn sẽ khỏe mạnh. Còn ai nghi ngờ thì không. Đơn giản là như vậy.

Hai điều dường như đặc trưng cho bệnh nhân ung thư khỏi bệnh mà chúng tôi đã thấy là: Thứ nhất, họ quyết định chịu trách nhiệm với sức khỏe của chính họ; và thứ hai, họ cam kết 100% đối với một số chế độ liên quan đến thói quen ăn uống, thực phẩm bổ sung và (tối quan trọng) xác định và phục hồi những nguyên nhân gây ung thư của họ.

Làm thế nào để có và giữ được cam kết đó và có quan điểm tích cực? Thu lấy kiến thức đa dạng về những bệnh nhân ung thư sống sót và làm thế nào để họ sống sót. Cái gì gây nên ung thư cho họ và họ đã vượt qua như thế nào. Tìm họ và nói chuyện

với họ. Đó không phải là tìm kiếm "phép ma thuật" chữa trị mọi ung thư. Không có thứ ma thuật như thế.

Tuy nhiên, thực sự có hàng trăm chất không độc hại và tự nhiên, mỗi chất đơn lẻ hay kết hợp với các chất khác đã giúp hàng ngàn bệnh nhân ung thư thoát khỏi ung thư. Có những thay đổi lối sống đơn giản (chế độ ăn, thực phẩm bổ sung, tập luyện, nắng trời và tinh thần an bình) giúp phục hồi lại sức khỏe cho bệnh nhân ung thư. Rất nhiều thứ khá rẻ hoặc thậm chí không mất tiền.

Chịu trách nhiệm với sức khỏe của chính bạn

Bạn sẽ không nhận được loại lời khuyên này từ bác sĩ ung thư của bạn. Bạn thường sẽ bị thúc giục bắt đầu chạy hóa trị và/hoặc xạ trị ngay lập tức, nếu không bạn sẽ chết. Thực ra phần đông là vào thời điểm phát hiện ra ung thư bệnh nhân đã mắc ung thư từ nhiều tháng nếu không phải là nhiều năm rồi. Cơ hội tốt nhất để phục hồi của bạn là bạn phải chuẩn bị chống lại áp lực cao của lời rao giảng này. Chính bạn, sau tất cả, tự mình chịu trách nhiệm.

Bạn phải trì hoãn bất cứ quyết định can thiệp nào (phẫu thuật, hóa trị, xạ trị...) cho đến khi bạn nắm đầy đủ thông tin để sáng suốt đưa ra quyết định. Sự "chấp thuận điều trị" như bác sĩ ung thư đưa ra không hoàn toàn tốt nhất. Nó được thiết kế ra để dồn bạn tin rằng sự lựa chọn duy nhất của bạn được giới hạn trong phẫu thuật, hóa trị và/hoặc xạ trị. Họ xem nhẹ bất kỳ lợi ích nào từ dinh dưỡng hợp lý hoặc các "lựa chọn thay thế" khác.

Hãy tin tưởng đoạn viết trên và chúng tôi có thể giúp bạn khỏe mạnh. Còn nghi ngờ nó, chắc là chúng tôi không thể giúp bạn. Bạn được dạy dỗ từ nhỏ rằng bác sĩ luôn có lời giải đáp có thể khiến bạn khó chấp nhận điều này. Việc này cần sự can đảm.

Trong lúc chúng tôi có thể giúp cho hàng ngàn người trên thế giới vượt qua ung thư, thì bao nhiêu bạn bè và người trong gia đình [chúng tôi] đã không chống nổi ung thư trong cùng những năm đó. Có câu nói "bụt chùa nhà không thiêng". Khi những người chúng tôi yêu thương và quý trọng không nghe theo lời khuyên của chúng tôi, thật đau lòng và khó mà chấp nhận cho chúng tôi, thậm chí dù chúng tôi tôn trọng chọn lựa của họ. Thế nhưng, niềm vui khi nghe một bệnh nhân ung thư sống sót được lợi từ thông tin của chúng tôi đã khích lệ chúng tôi tiếp tục.

Hãy để đầu óc cởi mở khoáng đạt. Chấp nhận tranh luận như một phần bình thường của bất cứ kế hoạch chữa bệnh nào. Hãy mạnh mẽ! Gia đình và bạn bè có ý nghĩa lớn lao, nhưng sau một vài giờ bắt đầu tìm hiểu, bạn sẽ hiểu biết về ung thư nhiều hơn họ rất nhiều.

Thiết yếu #2: Người ủng hộ (Advocate)

Nếu bạn bị chẩn đoán ung thư, bạn cần tìm người bạn thân nhất hoặc họ hàng và yêu cầu họ làm người ủng hộ bạn. Ung thư gợi lên cảm xúc ở hầu hết mọi người rằng khó chống chọi. Sợ hãi có thể làm tê cứng bạn. Bạn nhanh chóng biểu lộ lẫn lộn mọi điều và mọi dạng lời khuyên từ những nguồn thông tin lành mạnh.

Đọc sách này, bạn đang chuẩn bị cho mình tiến hành cuộc chiến với "hệ thống" ung thư. Cuộc chiến này đôi lúc cam go và áp lực. Y học đối chứng được thiết kế để truyền sự sợ hãi cho những người chẩn đoán bị ung thư. Con đường bạn chọn lựa sẽ gây tranh cãi. Bạn cần sự gúp đỡ và ủng hộ tinh thần.

Bạn sẽ phải tiến hành nghiên cứu để tìm thông tin bạn cần (như bác sĩ, phòng khám, thực phẩm bổ sung, v.v...). Nghiên cứu này không yêu cầu nhiều thời gian, có thể sử dụng sách

này làm chỉ dẫn đến thông tin có trên internet. Chúng ta đang nói đến khoảng một – hai ngày, mỗi ngày 10 giờ để trở nên "thông minh hơn bác sĩ ung thư". Phần đông bệnh nhân ung thư, vì sốc và/hoặc sợ hãi, nên không có đủ hoặc năng lượng hoặc kiên nhẫn dành chừng đó thời gian để "theo kịp tốc độ".

Người ủng hộ phải cùng với bạn đến mọi cuộc hẹn với bác sĩ. Người ấy phải tận tụy với sự chữa trị của bạn và có khiếu hài hước. Người ấy phải sẵn sàng hỏi khi cần làm rõ thông tin do mọi bác sĩ cung cấp. Người ấy phải sẵn sàng thảo luận các quan điểm với bác sĩ và giúp bạn chọn quan điểm bác sĩ thứ hai, thứ ba hoặc thứ tư, nếu cần thiết.

Tóm lại, khi người bạn hoặc người thân của bạn là bệnh nhân ung thư yêu cầu bạn làm người ủng hộ, hãy vui vẻ nhận lời. Không có sự thỏa mãn tinh thần và nâng cao vai trò nào hơn thế trên thế gian này. Sự phục vụ của bạn có khả năng bảo vệ cuộc sống của bạn bè hay người thân của bạn. Việc đó chắc hẳn sẽ giúp họ tránh sự tổn hại ghê gớm gây ra cho lối sống của họ và giữ ổn định trong "hệ thống" ung thư.

Thiết yếu #3: Sự hỗ trợ (Assisance – The Right Medical Professional)

Cuốn sách này sẽ điểm xuyết kiến thức của *rất nhiều bác sĩ* và những nhà chuyên môn y khoa khác như bác sĩ Garcia. Tất cả họ đều phá bỏ khuôn mẫu của vị bác sĩ chỉ quan tâm đến *điều trị triệu chứng* và phớt lờ nguyên nhân – thực bệnh. Họ đã thực hiện nghiên cứu độc đáo nhờ *đột phá kiến thức* về hiểu biết *nguyên nhân* của ung thư và những phương pháp điều trị làm *phục hồi lại ở mức tế bào.* Họ cũng quan tâm đến việc phòng ngừa.

Để giúp bạn rõ thêm điều chúng tôi muốn nói, xin đưa hai ví dụ:

Đây là đoạn trích từ lời tựa do bác sĩ Richard M. Linchitz từ Glan Cove, New York viết cho cuốn sách *Đánh bại ung thư* (Defeat Cancer) của Connie Strasheim xuất bản năm 2011. Viết về 15 bác sĩ toàn diện mô tả phương pháp điều trị ung thư của họ trong cuốn sách, bác sĩ Linchitz nói:

"Khi đọc Đánh bại ung thư, *tôi bị ấn tượng bởi thực tế là tất cả các bác sĩ đã thể hiện lòng dũng cảm tuyệt vời để đối mặt với sự phản đối và đôi lúc là các cuộc công kích ngay từ y học chính thống… Hãy thử hình dung điều gì có thể thúc đẩy một bác sĩ thông minh, được đào tạo bài bản, có thể thành công trong công việc thông thường, lại bước ra ngoài y học chính thống, đối mặt với những chỉ trích và thậm chí cả biện pháp trừng phạt trên công việc của mình để theo đuổi một con đường khác. Điều thúc đẩy ông và các bác sĩ khác trong cuốn sách này là niềm đam mê vì sự thật!... Không có ngoại lệ, do niềm đam mê, sự cống hiến, trí thông minh và lòng can đảm của họ, các bác sĩ mô tả trong cuốn sách này đều là những người chữa bệnh."*

Về ví dụ thứ hai, hãy nghe bác sĩ Harold W. Harper trong đoạn trích từ cuốn sách của ông *Làm thế nào để đánh bại những bệnh hiểm nghèo?* (How You Can Beat the Killer Diseases):

"Cái gì sẽ xảy ra nếu ung thư là bệnh cơ thể, kinh niên, chuyển hóa mà các khối u và bướu chỉ là triệu chứng? Sẽ không phải hàng tỉ đô-la bị tiêu nhầm và những giả thuyết nền tảng để chữa trị và nghiên cứu ung thư là sai lầm đấy chứ? Tất nhiên sẽ là thế và trong những thập niên tới, một thế hệ tương lai bối rối sẽ kinh ngạc nhìn lại y học hiện nay đã tiếp cận ung thư ra sao với máy cô ban, dao mổ, đưa chất độc vào cơ thể và lấy làm lạ về sự tàn bạo như thế thực sự đã xảy ra."

Tìm kiếm thế nào?

Bạn sẽ không đọc tiếp trừ phi bạn quan tâm đến sự hỗ trợ hiện nay từ y học *thay thế, bổ sung, hệ thống thống nhất hoặc chức*

năng. Vậy làm thế nào để tìm một nhà chuyên môn y khoa có năng lực đồng cảm với tiếp cận này để giúp bạn giám sát chữa trị? May thay, việc này *không khó* nữa.

Kinh nghiệm cá nhân của Bill Hederson

Khoảng tám năm trước tôi đã quyết định "thực hiện những gì mình định làm". Tôi khuyên hàng trăm bệnh nhân ung thư trong nhiều năm tìm một vị chuyên môn y khoa tán thành *Y học Thay thế & Bổ sung* (Complementary & Alternative Medicine CAM). Tôi đã tìm được một vị tôi có thể tin tưởng.

Tôi đã gọi đến một nha sĩ "sinh học" đặc biệt đã chữa ống tủy răng cho vợ tôi ở San Antonio (nơi tôi sống khi đó). Tôi hỏi vợ ông ấy vì bà làm cùng phòng khám răng: *"Ở San Antonio bà sẽ đến khám ai nếu bà muốn tìm một 'người chữa bệnh toàn diện?'"*. Bà đưa ra bốn cái tên. Hai bác sĩ nắn xương, một bác sĩ thiên nhiên liệu pháp và một bác sĩ dinh dưỡng. Một người bạn của chúng tôi là bác sĩ dinh dưỡng cũng khuyên *gặp vị bác sĩ nắn xương* khi tôi hỏi cùng câu hỏi.

Tôi đã phỏng vấn cả bốn vị – ba người qua điện thoại, thư điện tử và một người trực tiếp. Các câu hỏi tôi đã đưa ra:

"Nếu tôi bị ung thư tiền liệt tuyến, ông có chữa không?" [Thay loại ung thư khác của bạn.] Câu trả lời bạn mong muốn là "Có".

"Tôi dùng rất nhiều chất bổ sung. Ông nghĩ thế nào về điều này?" Câu trả lời bạn muốn là *"Tốt thôi,"* không phải là "Đừng tốn tiền. Chỉ cần ăn chế độ ăn cân bằng".

"Tôi cần sự giúp đỡ của ông, nhưng tôi tin rằng *tôi chịu trách nhiệm về sức khỏe của mình*. Cách đó có phù hợp với phương pháp của ông không?" Câu trả lời bạn mong muốn, tất nhiên là, một *sự cảm thông* "Có".

"Ông hành nghề đã bao lâu rồi?" Nghe kỹ loại kinh nghiệm vị ấy có được. Cố đi vào chi tiết địa điểm hành nghề trước đây… trong phỏng vấn. Giá trị kinh nghiệm của vị ấy chính là để bạn *suy xét*.

"Ông có sẵn sàng cho tôi *tên ba bệnh nhân của ông* mà họ cũng sẵn sàng trao đổi với tôi không?" Câu trả lời bạn mong muốn đại loại là "Nếu họ đồng ý sau khi tôi gọi cho họ, tôi sẽ vui lòng cung cấp thông tin của họ cho ông."

Vị bác sĩ tôi phỏng vấn trực tiếp, chắc bạn cũng đoán được, là bác sĩ nắn xương cũng do các bạn tôi giới thiệu. Ông chấp nhận chăm sóc y tế. Những người khác thì không. Ông *không lấy tiền* cho cuộc phỏng vấn dài 40 phút đó. Ông đã cho tôi những lời giải đáp thỏa đáng và tôi thấy chúng tôi có rất nhiều điểm chung (phục vụ trong quân đội, lòng tin trong y học thay thế…). Đó là lần đầu tiên trong đời tôi đã nói chuyện dài đến thế với một nhà chuyên môn y tế về những vấn đề về sức khỏe.

Tôi đã chọn ông làm bác sĩ chính cho mình. Ông điều trị ung thư song song với tất cả các vấn đề sức khỏe khác, sử dụng cả phương pháp thay thế và chính thống. Thực tế, ông nói ông *"điều trị người, không điều trị bệnh."*

Việc tìm kiếm của bạn có thể không dễ dàng và thỏa mãn như tôi. Nhưng hãy bắt đầu *mạng lưới cá nhân* của bạn với bạn bè và những người trong ngành y tế – y tá, bác sĩ, nha sĩ, bác sĩ dinh dưỡng, chủ cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh,… Khi dùng hết nguồn đó, hãy vào một trong các trang web dưới đây và *tìm người trong khu vực của bạn*. Không mất nhiều thời gian đâu.

Sử dụng internet

Hãy nhớ, một vài nhà trị liệu thay thế có thể *không được phép điều trị ung thư* phụ thuộc vào luật và quan điểm chính trị của

quốc gia, lãnh thổ, bang, tỉnh... Đừng để điều đó làm nản lòng bạn. Bạn có thể phục hồi hoàn toàn ung thư mà không cần sử dụng một nhà chuyên môn y tế nào. Chúng tôi biết hàng ngàn người đã khỏi.

Đây là vài trang web chỉ dẫn về bác sĩ "toàn diện". Chúng có thể giúp bạn tìm được một người mà bạn tin tưởng. Đây là một *quyết định rất cá nhân* mà không ai có thể làm thay bạn.

Www.acam.org. Trường Cao đẳng Mỹ vì sự Tiến bộ trong Y học *(The American College for Advancement in Medicine – ACAM)*. Cơ quan tốt đẹp này xứng đáng phải lưu ý đặc biệt. Sử dụng đường dẫn của họ "Physician + Link". Bạn sẽ thấy cơ sở dữ liệu tìm kiếm những bác sĩ đang thực hành phương pháp thay thế và số điện thoại miễn phí để tìm kiếm hỗ trợ. Hãy gọi cho bác sĩ gần bạn và trao đổi về tình trạng của bạn. Họ có thể biết các bác sĩ chuyên khoa khác gần bạn đưa ra phương pháp điều trị riêng biệt mà bạn thích – như giải độc chẳng hạn.

Http://www.lef.org/Health-Wellness/InnovativeDoctors. Đây là danh sách các bác sĩ cấp tiến trong tất cả các bang của nước Mỹ và các nước khác do Quỹ Kéo Dài Tuổi Thọ *(Life Extension Foundation – LEF)* sưu tập. Cũng như trang web ACAM ở trên, nói chung, họ là những người cởi mở, hiểu biết và tin tưởng phương pháp điều trị thay thế.

Http://www.naturopathic.org. Đây là trang web của Hiệp hội bác sĩ Thiên nhiên Liệu pháp Mỹ *(American Association of Naturopathic Physicians)*. Có cơ sở dữ liệu tìm kiếm các thành viên của họ. Sử dụng đường dẫn "Find a Doctor". Phương thức chăm sóc y tế đang phát triển nhanh này hướng tới phát hiện nguyên nhân chính của bệnh và phương pháp điều trị hơn là chỉ loại bỏ triệu chứng – cách tiếp cận mà giới y tế chính thống thường dùng. Ngày nay, tại một số bang như Alaska, Arizona,

Connecticut, Hawaii, Maine, Montana, New Hampshire, Oregon, Utah, Vermont và Washington, giấy phép bác sĩ thiên nhiên liệu pháp[1] ngang hàng với giấy phép bác sĩ.

Http://www.cancure.org/home.html. Trang web của Quỹ Cứu chữa Ung thư *(Cancer Cure Foundation)* này có nhiều bác sĩ, bệnh viện và phòng khám theo phương pháp thay thế trên khắp thế giới. Hãy xếp trang này vào danh sách "ưa thích" của bạn để rồi quay lại tìm thông tin dồi dào trong đó.

Http://homeopathic.org. Đây là trang web của Trung tâm Quốc gia về Phép vi lượng *(National Center for Homeopathy)*. Tại trang này bạn có thể tìm được chỉ dẫn tốt để lựa chọn bác sĩ vi lượng và cơ sở dữ liệu tìm danh sách thiên nhiên liệu pháp, bác sĩ và những người khác đang thực hành vi lượng. Phép vi lượng rất phổ biến ở châu Âu đã vài thập niên. Nữ hoàng Anh Elizabeth đã sử dụng bác sĩ vi lượng.

Www.holisticmedicine.org. Đây là trang web của Hiệp hội Y tế Tổng thể Mỹ *(American Holistic Medical Association)*. Sử dụng núm "Find a Doctor/Provider" để tìm cơ sở dữ liệu của họ về các thành viên của tổ chức này.

Www.nfam.org. Quỹ Quốc Gia về Y tế Thay thế *(National Foundation of Alternative Medicine)*. Đây là tổ chức chuyên cung cấp tin tức về những thông tin điều trị thay thế tốt nhất. Cựu Nghị sĩ Quốc hội tên là Berkley Bedell được chữa khỏi bệnh nhiễm khuẩn và ung thư tiền liệt tuyến bằng phương pháp thay thế sau khi bị bác sĩ chính thống chối từ. Xem thông tin ở đường dẫn "Resources".

Www.whale.to/cancer/doctors.html. Đây là danh sách bác sĩ và phòng khám trên khắp thế giới có thể giúp bạn một số chỉ dẫn.

---

[1] Naturopathic Doctors.

Quan trọng hơn cả là *đừng tuyệt vọng*. Sự thật là có một bác sĩ sẽ chữa trị cho bạn và tôn trọng mong muốn của bạn. Tất cả những gì bạn phải làm là tìm ra người ấy.

Thiết yếu #4: Hành động *(Action)*

Bây giờ là thiết yếu thứ 4. Bạn *phải bắt đầu* tự chữa bệnh. Đừng chờ đến khi tìm được nhà chuyên môn y khoa hoàn hảo. Trong khi đang tìm kiếm bác sĩ, hãy bắt đầu uống thực phẩm bổ sung không đắt tiền, giúp điều trị mọi loại ung thư và làm cho bạn lấy lại sức khỏe dễ hơn (xem Chương 5). *Thay đổi chế độ ăn của bạn* theo hướng dẫn ở Chương 5. Thời gian bây giờ quan trọng đối với bạn hơn bất kỳ lúc nào trong cuộc đời. Ung thư không được chữa trị sẽ không ngừng lan truyền. Bạn phải bắt đầu chữa bệnh ngay *BÂY GIỜ*.

Chế độ chúng tôi khuyến cáo thường *phục hồi ung thư trong một vài tuần đối với những người chưa bắt đầu điều trị theo phương pháp chính thống*. Nếu bạn chỉ cần tránh "liệu pháp" chính thống – phẫu thuật, xạ trị và hóa trị – thật lâu, thì bạn sẽ có thể "thoát khỏi ung thư". Một vài tuần tiếp theo là giai đoạn chữa trị **then chốt** của bạn. Nhiều người đã tránh được "băng chuyền ung thư" của phép chữa đối chứng (chính thống) bằng cách trở thành đối tác gắn liền với nhóm chăm sóc sức khỏe và có những chọn lựa sáng suốt, hiểu biết.

Nếu bạn đã bắt đầu điều trị theo phương pháp chính thống, xin đừng thoái chí. Người ta phục hồi khỏi ung thư từ tất cả các giai đoạn. Chỉ là *lâu dài hơn nhiều* (hàng tháng, không phải hàng tuần) nếu bạn đã gây tổn hại cho hệ miễn dịch của bạn bởi hóa trị, xạ trị hoặc phẫu thuật.

Tóm lại, bạn cần nhớ bốn chữ A:

- ✓ Attitude (Một quan điểm tích cực)
- ✓ Advocate (Một người ủng hộ)

- ✓ Assistance (Sự hỗ trợ – từ một nhà chuyên môn y tế có năng lực)
- ✓ Action (Hành động)

Trong Chương 5 và 7, chúng tôi sẽ trao đổi chi tiết nhiều phương pháp điều trị ung thư nhẹ nhàng, không độc hại. Bây giờ, chúng tôi muốn giúp bạn hiểu hai điều cơ bản để chiến thắng trận chiến: 1. "Môi trường" ung thư mà bạn đang ở trong đó; và 2. Nguyên nhân thực của ung thư.

CHƯƠNG 2

MÔI TRƯỜNG UNG THƯ

"Nhiều người thà chết còn hơn suy nghĩ.
Thực tế họ làm vậy."

RALPH WALDO EMERSON

"Biện pháp cứu chữa chưa được phê duyệt"

Quốc hội Hoa Kỳ ủy nhiệm cho Văn phòng Đánh giá Công nghệ phân tích tất cả các công bố nghiên cứu y học đáng được tặng thưởng. Sau khi xem xét cẩn thận những nghiên cứu từ các tạp chí y tế hàng đầu, họ kết luận rằng *"… hơn 75% toàn bộ các công bố nghiên cứu y học [chính thống] được thống kê có những kết luận thiếu căn cứ và không thể xác minh được"*.

Trong 70 năm qua, hàng trăm phương pháp điều trị thành công ung thư đã được tìm ra. Có thể tìm thấy thông tin về một số trong đó ở Chương 5 và 7. Bạn có thấy lạ không khi biết những phương pháp đó hiện vẫn trong danh mục "Những

phương pháp cứu chữa chưa được phê duyệt" lưu giữ ở Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ *(American Cancer Society – ACS)*?

Có lô-gíc không nếu ít nhất một trong số đó được nghiên cứu đầy đủ, điều tra và tìm một vài ứng dụng cho chí ít vài nạn nhân ung thư? Có dị thường không khi từng phương pháp trong số đó vẫn bị dán mác "chưa phê duyệt", cho dù hàng chục năm đã qua đi từ khi phát hiện ra chúng?

Tệ hơn. Không chỉ *"hệ thống" ung thư* của chúng ta không chứng minh và chấp thuận những phương pháp cứu chữa ấy, mà những người phát hiện ra (tất cả đều là bác sĩ và nhà nghiên cứu uy tín) đã bị *săn đuổi* bởi kiện tụng, treo bằng và thậm chí bị xử phạt tù vì chữa thành công cho bệnh nhân ung thư. Nhiều người đã rời đất nước hoặc sống ẩn dật hoặc thậm chí tự vẫn.

Những phương pháp đó có gì chung? Chúng không được Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm (FDA – Food and Drug Administration) cho phép *điều trị bất cứ "bệnh" nào* và không được công bố rộng rãi. Tất cả đều là chất tự nhiên, không tổng hợp. Vài thứ có giấy phép độc quyền nhãn hiệu, cũng giống như tân dược. Nhưng chúng không được trải qua quá trình thử nghiệm "lâm sàng", cái này rồi bạn sẽ thấy, thật là tồi tệ.

Hơn nữa, nước Mỹ dùng hàng nghìn nhân công và *nhiều trăm tỉ đô-la* tiền của chính phủ (của chúng ta) vào nghiên cứu ung thư chỉ từ khi "Cuộc chiến ung thư" bắt đầu năm 1971. Tính theo tuổi và mức tăng dân số thì tỉ lệ tử vong ung thư trên 100.000 người ở Mỹ ngày nay cao hơn nhiều so với hồi 1971.

Công ty dược $$$$

Bạn chỉ có thể hiểu được "hệ thống" điều trị ung thư ở Mỹ và ở mức độ nhiều hơn hay ít hơn, so với các nước khác, nếu

bạn biết các công ty dược sử dụng *quyền lực* lớn ra sao trong nền văn minh của chúng ta. Tất cả thuốc dùng trong điều trị ung thư được sản xuất và bán cho *"hóa trị"*. Điều đó có nghĩa là gì khi thuốc tổng hợp được pha trộn và thử nghiệm qua nhiều năm (điển hình khoảng *10 năm*). Quá trình này tiêu tốn vào khoảng *200 đến 500 triệu đô-la.*

Liệu pháp gen và vaccine hệ thống miễn dịch đã được nghiên cứu nhiều năm. Chúng cũng cần phải được thử nghiệm qua hệ thống *đắt tiền khủng khiếp này.* Có rất nhiều *cách tăng cường hệ miễn dịch một cách tự nhiên* có hiệu quả chống ung thư. Luật Mỹ cấm không cho quảng cáo chúng như các phương pháp điều trị ung thư hay bất cứ "bệnh" nào khác.

Tại sao không để các biện pháp "tự nhiên" *cùng tồn tại* để mọi người có thể tự chọn lựa? Cái đó xem ra lô-gíc, nhưng luật tiểu bang và liên bang ở Mỹ và nước khác lại *cấm*. Hiện tại, dưới luật liên bang Hoa Kỳ, *không chất tự nhiên nào* được quảng cáo để cứu chữa *bất cứ* bệnh – giai đoạn nào. Các công ty từng rất thành công trong điều trị ung thư phải đóng cửa do bị FDA[1] kiện với sự hỗ trợ *kín đáo* của các công ty dược phẩm. Đấy là môi trường bạn cần phải học để tồn tại (hoặc không đếm xỉa tới!).

Một ví dụ tồi tệ

Ngày 12 tháng 7 năm 2004 Công ty Lane Labs (nhà phân phối MGN-3, Skin Answer và Sụn Cá Mập ở Mỹ) bị ra lệnh không chỉ phải đóng cửa, mà còn phải *hoàn trả tất cả tiền cho những khách hàng* mua sản phẩm của họ từ năm 1999 theo một phán xử liên bang ở New Jersey. Trong năm năm từ khi FDA bắt đầu săn đuổi thì Công ty Lane Labs đã phát triển thành công

[1] Food and Drug Administration: Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Mỹ.

ty với doanh thu 30 triệu đô-la/năm. Sản phẩm của họ đã chữa nhiều loại ung thư các loại cho *hàng chục* độc giả của tôi.

Tập đoàn dược tiếp quản Châu Âu

Vào ngày 13 tháng 3 năm 2002, Quốc hội châu Âu – cơ quan lập pháp đại diện cho 15 nước thuộc Cộng đồng châu Âu – đã thông qua *"Chỉ dẫn EU về chế độ ăn thực phẩm bổ sung"*. Việc này dựa trên một hội đồng của Liên hợp quốc gọi là "Hội đồng luật Bổ dưỡng", hình thành từ 1963.

Hội đồng này của EU có mục đích vô thưởng vô phạt là tiêu chuẩn hóa sản xuất thực phẩm trong tất cả các nước thuộc Liên hợp quốc (UN). Năm 1995, Big Pharma[1] đã thành công trong việc núp dưới bóng cái ô Hội đồng này nhờ EU đã mở rộng phạm vi bao trùm sang cả thực phẩm bổ sung. Hiện nay, nhiều nhân vật cao cấp của các công ty dược nắm vị trí ảnh hưởng trong Quốc hội EU, và thế là họ đã cơ bản *"thông qua một luật chống phòng bệnh"*.

Kết quả là làm cho *300 thực phẩm bổ sung* – kể cả crôm pi-cô-lin C6H7N, men, li-zin, xê-len và thậm chí cả stevia (thảo dược ngọt) – trở thành *bất hợp pháp khi bán không đơn*. Các chất bổ sung khác còn lại trong cửa hiệu có liều lượng rất thấp. Ví dụ, liều vitamine C cao nhất bán không đơn là *100 mg*.

Việc này có đến nước Mỹ không?

FDA, kẻ bợ đỡ Big Pharma, đã cố gắng nhiều lần trong chín năm qua để thực hiện các *hạn chế tương tự ở Mỹ*. Nó bất chấp Đạo luật về chế độ ăn bổ sung và giáo dục sức khỏe *(DSHEA*

[1] Biệt danh dành cho ngành công nghiệp dược phẩm. Các nhà phê bình ngành công nghiệp thường sử dụng biệt danh này khi thảo luận về sự lạm dụng thuốc chữa bệnh để vắt kiệt đồng xu cuối cùng của người bệnh.

– *Dietary Supplement and Health Education Act)* được Quốc hội thông qua năm 1994 để ngăn chặn nỗ lực níu kéo của FDA về việc này. DSHEA phân loại thực phẩm bổ sung là thức ăn và cho phép các nhà sản xuất thông báo cho công chúng về thực phẩm bổ sung tác động thế nào lên "cấu trúc và chức năng" của cơ thể. Tất nhiên là FDA đã đưa ra rất nhiều *hạn chế* về việc này trong những năm tiếp theo. Thực tế, Công ty Lane Labs (xem ở trên) thấy họ đã theo những điều khoản của luật này từng li từng tí. Rõ ràng là Công ty Lane Labs đã quá thành công và Big Pharma đã gây áp lực với FDA để bắt họ phải đóng cửa.

Tiếp thị thuốc

Tiếp thị thuốc độc nằm ở trung tâm "cuộc chiến ung thư". Ví dụ, theo một nghiên cứu, *chi phí thuốc* chiếm 55% tổng chi phí điều trị ung thư phổi tế bào – nhỏ.

Một bài viết trên tạp chí của Hiệp hội Y học Mỹ *(Journal of American Medical Association JAMA)* gần đây công bố *bác sĩ ung thư* kiếm trung bình *253 ngàn đô-la mỗi năm,* trong đó *75% là lợi nhuận từ thuốc dùng trong hóa trị* được thực hiện tại các phòng khám của họ. Việc thực hiện kê đơn thuốc tại các phòng khám là của các bác sĩ ung thư và hiển nhiên họ rất có lợi.

Nếu bạn còn nghi ngờ về sự có mặt của các công ty dược khắp nơi trong cuộc sống của chúng ta, thì những gì bạn phải làm chỉ là *bật TV lên*. Dường như các loại thuốc được quảng cáo tràn lan. Cái gì đang diễn ra ở đây thế?

Năm 1997, *lần đầu tiên* nước Mỹ hợp pháp hóa cho các công ty dược quảng cáo lặp đi lặp lại hàng của họ *trực tiếp đến người tiêu dùng* (bạn và tôi). Trong những năm sau đó, tiêu tiền quảng cáo trên TV và in quảng cáo của Big Pharma tại nước Mỹ đã tăng vọt. Loại hình quảng cáo này hiện vẫn không hợp pháp ở châu Âu, Úc và New Zealand.

Bạn có tin nổi chỉ trong năm 2001, các công ty dược đã tiêu *15,7 tỉ đô-la trên TV và in quảng cáo cho đơn thuốc?* Chi phí này nhiều hơn bất cứ ngành nào khác dùng cho quảng cáo. Nhiều hơn ngành ô-tô, ngành xây dựng, cả những gã bán lẻ khổng lồ như Wal-Mart và v.v...

Tạo sao? Vâng, khá hiển nhiên. Tiếp tục *tẩy não* công chúng Mỹ. Có vấn đề gì chăng? Một đơn thuốc của bác sĩ là tất cả những gì bạn cần kiếm. Không cần phải lo cho những người đang lên mặt đạo đức giục bạn ăn hợp lý và tập luyện. Chỉ ghi sơ tên loại thuốc mới nhất cũng tiêu tốn 500 triệu đô-la của một trong các công ty dược quốc tế, ví dụ như Briston-Myers Squibb, Merck,… để mang nó ra thị trường và sau đó *mê hoặc bác sĩ* kê đơn thuốc cho bạn. 12% đơn thuốc được kê trên đất Mỹ là theo kiểu này.

Cũng quan trọng như cường điệu, quảng cáo trực tiếp *có sức ảnh hưởng không thể tin nổi* trong việc đưa công chúng tiến gần đến sản phẩm của họ, việc chi tiêu khác thường này mang cho các công ty dược phương tiện truyền thông đại chúng. Tại sao, truyền thông dễ dàng bỏ qua những tác dụng phụ khó chịu hoặc *thậm chí tai hại* của thuốc kê theo đơn? Những tác dụng phụ này là *nguyên nhân chính thứ tư dẫn đến tử vong* ở Mỹ – ngay sau ung thư, tim mạch và đột quỵ. 10.000 người Mỹ chết mỗi tháng do việc dùng chính xác thuốc họ được kê đơn. Điều này đã được bỏ qua hơn 30 năm rồi.

Nước Mỹ đã chi *1,8 NGHÌN TỈ ĐÔ-LA* cho chăm sóc sức khỏe năm 2005. Có thể bạn nghĩ phần lớn số tiền đó được chi cho thăm khám ở bệnh viện.

Nhầm!

Trong những năm gần đây, người Mỹ chi tiền *nhiều hơn cho đơn thuốc* so với thăm khám bệnh viện. Khoảng 2/3 trong số đó bị tiêu phí vào thuốc chỉ để *điều trị triệu chứng* khiến cho tình

trạng bệnh nhân tồi tệ hơn mà không đi thẳng vào *nguyên nhân chính* của bệnh.

Lợi nhuận điên cuồng

Các công ty dược có điên rồ không khi chi tới 500 triệu đô-la để phát triển một loại thuốc mới? *Điên ư! Họ tinh ranh như cáo thì có!* Đây là một ví dụ. Có thể bạn chưa bao giờ nghe đến tên công ty dược *AstraZeneca*. Theo tạp chí *Forbes* (ngày 18 tháng 3 năm 2002), đó là công ty dược lớn thứ tư trên thế giới.

CHỈ RIÊNG NĂM 2001, AstraZeneca kiếm *630 triệu đô-la* nhờ bán *Nolvadex* (a.k.a tamoxifen). Đây là một loại thuốc chống ung thư vú với tác dụng phụ tiềm năng gây ung thư tử cung đã có mặt trên thị trường *từ năm 1973*. Họ kiếm *728 triệu đô-la* nhờ bán *Zoladex,* loại thuốc chống ung thư tiền liệt tuyến/vú được *giới thiệu từ năm 1987*. Họ kiếm *569 triệu đô-la* nhờ bán *Casodex,* loại thuốc ung thư tiền liệt tuyến khác được giới thiệu từ năm 1995. Trong hai năm, theo *Forbes*, doanh số bán hàng của công ty này *chỉ riêng thuốc ung thư* lên tới *2,5 tỉ đô-la* mỗi năm.

Một công ty khác, Bristol-Myers Squibb đã chi hơn *một tỉ đô-la* mỗi năm cho nghiên cứu và thuê 4.000 nhà khoa học và nhân viên phụ giúp. Nắm giữ giấy phép độc quyền nhãn hiệu *hơn 10 dược phẩm* đã được FDA phê duyệt để chữa trị ung thư, con số đó tính cho *gần một nửa* thuốc dùng cho hóa trị bán trên thế giới.

Ảnh hưởng – Xa và Rộng

Bristol-Myers Squibb cũng *chi phối* lên các hoạt động nghiên cứu ung thư một cách rất sáng tạo. Các công ty này trao các giải thưởng, bài giảng và nhiều loại tài trợ cho các hoạt động này. Họ cũng trả tiền sổ tay cập nhật ung thư chính thống, *hỗ trợ*

nghiên cứu và *"quản lý số liệu"* nghiên cứu lâm sàng cho các cơ sở sáng chế của họ. Các công ty dược khác cũng làm tương tự.

Trung tâm Ung thư Memorial Sloan-Kettering (MSKCC) ở New York là trung tâm nghiên cứu ung thư hàng đầu *trong vòng 40 năm qua.* Một lần nữa lại Bristol-Myers Squibb dẫn đầu trong các công ty dược, chiếm một *vị trí rất chủ đạo* trong Memorial Sloan-Kettering. Vào năm 1995:

- Jame D. Robinson III, *Chủ tịch Hội đồng Quản trị và Giám đốc* của MSKCC, đồng thời là *Giám đốc của Bristol-Myers Squibb.*
- Richard L. Gelb, *Phó Chủ tịch* Hội đồng Quản trị của MSKCC, là *Chủ tịch Hội đồng của Bristol-Myers Squibb.*
- Richard M. Furland, *thành viên hội đồng* MSKCC, về hưu năm 1994 khi là *Chủ tịch Bristol-Myers Squibb.* Ông ta cũng là Giám đốc của Hiệp hội các nhà sản xuất Dược phẩm.
- Benno C. Schmidt, *Đồng Chủ tịch Danh dự* của MSKCC, là *người sáng lập và thành viên hội đồng của viện Di truyền học,* có công ty ở Massachusetts chuyên sản xuất thuốc ung thư cho thị trường. Ông đồng thời là *Giám đốc của Viện Gilead (sản xuất thuốc liên quan đến ung thư) như thuốc Matrix và Vertex.* Ông đã nhận giải thưởng Bristol-Myers Squibb năm 1979 cho những đóng góp nổi bật về nghiên cứu ung thư.
- Bác sĩ Paul A. Marks, *Chủ tịch và CEO* của MSKCC, là *Giám đốc của Pfizer*, nhà sản xuất thuốc liên quan đến ung thư. Ông đồng thời có trong hội đồng Phòng thí nghiệm Y tế Quốc gia và Công nghệ Cuộc sống.

FDA – Cơ quan Giám sát Liên bang

Vâng, Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm FDA, bộ máy chính quyền quan liêu liên bang, có trách nhiệm thế nào

đối với chúng ta về những kinh doanh tham tàn như thế. Xin lỗi mọi người. Cơ quan này thậm chí còn *tệ hại hơn bởi tiền thuốc* so với Quốc hội EU.

Một nghiên cứu gần đây chỉ ra rằng *55% quan chức FDA* làm việc cho các công ty dược sau khi rời FDA. 20% nhân viên FDA làm công tác duyệt thuốc *thực sự được các công ty dược trả tiền.* Bạn có nghĩ họ hoàn toàn khách quan không?

Tháng 5 năm 2001 tờ *Thời báo Los Angeles* công bố bài viết của David Willman nhan đề *Chính sách mới của FDA tạo ra bảy loại thuốc chết người.* Ông đã mô tả những tiêu chuẩn duyệt thuốc của FDA lỏng lẻo như thế nào so với quy định tại Quốc hội năm 1993. Sau hai năm điều tra, *Thời báo Los Angeles* thông báo trong những báo cáo "sự kiện bất lợi" trình FDA, nêu ra *bảy loại thuốc* bị nghi ngờ trong *1.002 ca tử vong.* Vì số người tử vong được các bác sĩ, bệnh viện và người nhà báo cáo trên *cơ sở tự nguyện,* nên con số tử vong thực theo các nhà nghiên cứu bệnh dịch *có thể cao hơn nhiều.*

Bảy loại thuốc – Lotronex, Rezulin, Posicor, Redux, Rotashield, Propulsid và Raxar – nằm trong *hàng trăm thuốc mới* được FDA duyệt từ 1993. Một thống kê ấn tượng: chỉ riêng bảy loại thuốc này đã đem lại doanh thu *5 tỉ đô-la* tiền *trước khi bị FDA thu hồi.* Thống kê thú vị khác: Trong năm 1988, *chỉ có 4%* loại thuốc mới được FDA duyệt đầu tiên để lưu hành trong thị trường. Đến năm 1998, số thuốc mà FDA duyệt-đầu-tiên-trên-thế giới *đã tăng vọt đến 66%.*

Là cơ quan an toàn hàng đầu thế giới, FDA là cơ quan *sau cùng thu hồi giấy phép* một loạt thuốc mới cuối những năm 1990 khi đã bị các cơ quan y tế thẩm quyền ở châu Âu cấm.

Bác sĩ bình luận về FDA

Bác sĩ Curt Furberg, Giáo sư khoa học sức khỏe cộng đồng của Trường Wake Forest nói: *"Điều này hoàn toàn không chấp*

nhận được. Bệnh nhân là người trả tiền. Họ là người chịu tất cả các tác dụng phụ, *tai họa và không tai họa. Ai đó phải lên tiếng cho họ".*

Không phải các bác sĩ không lên tiếng chống lại những thuốc đó. *"Họ bị mất định hướng và quên đi rốt cục họ phải phục vụ ai", bác sĩ Lemuel Moye* – bác sĩ Sức khỏe Cộng đồng của Trường Texas đã phục vụ trong *hội đồng tư vấn FDA* từ 1995 đến 1999, đã nói. *"Đáng tiếc là công chúng trả tiền thuốc vì họ tin tưởng đã có FDA kiểm duyệt".*

Bác sĩ William Isley – một chuyên gia tiểu đường ở thành phố Kansas, Missouri, cho rằng sự thay đổi của FDA có thể cảm nhận trực tiếp thông qua hoạt động của ngành y tế. Ông đã khẩn nài cơ quan đó *đánh giá lại Rezulin* sau khi một bệnh nhân do ông điều trị bị *suy gan* vì dùng thuốc.

Isley nói: *"FDA thường phụng sự một mục đích". "Một bác sĩ phải thấy chắc chắn loại thuốc ông kê đơn là* an toàn nhất có thể. *Bây giờ bạn tự hỏi người ta đánh giá thuốc như thế nào và cái gì ở trong* thuốc có thể gây rắc rối".

"Sự thật về các công ty dược"

Tháng 8 năm 2004, bác sĩ Marcia Angell xuất bản cuốn sách rất thú vị mang tựa đề *Sự thật về các công ty Dược: Họ lừa gạt chúng ta như thế nào và ta phải làm gì?* (The Truth About The Drug Companies: How They Deceive Us and What To Do About It). Cách nhìn của bác sĩ Angell đặc biệt thú vị do 20 năm trước khi nghỉ hưu bà là biên tập viên chính và Tổng biên tập của Tạp chí *Y tế New England,* một trong những tạp chí y tế uy tín trên thế giới. Dưới sự giám sát của bà, tạp chí đã công bố *hàng trăm nghiên cứu* về thuốc mới. Công bố thẳng thừng những bài xã luận chỉ trích kịch liệt công nghiệp dược phẩm, cách thử nghiệm và phê duyệt thuốc ở Hoa Kỳ. Bà vạch những điểm chính và

then chốt trong một cuộc phỏng vấn đăng tải trên tờ *Thời báo Los Angeles* để bạn hiểu:

- "Thuốc rất đắt tiền, nhưng không phải vì chi phí nghiên cứu. Số tiền các công ty thuốc lớn nhất dành cho tiếp thị và tổng lợi nhuận họ kiếm được nuốt chửng chi phí nghiên cứu. Ví dụ năm 2002, các công ty thuốc lớn nhất chỉ dành 14% tiền bán hàng cho nghiên cứu và phát triển (R&D) và 31% cho 'tiếp thị và quản lý'. Họ trước sau gì cũng kiếm nhiều lợi nhuận hơn là dành cho R&D. Và lợi nhuận của họ là rất lớn. Trong năm 2002, lợi nhuận gộp lại của 10 công ty dược theo Fortune 500[1] là 35,9 tỉ đô-la. Con số đó lớn hơn lợi nhuận của 490 công ty khác gộp lại nếu bạn lấy số thu trừ số chi".
- *"… số thuốc thực sự mới khá khiêm tốn. Đúng vậy, rất nhiều thuốc mới ra thị trường, nhưng phần lớn chẳng hề mới gì cả. Chúng được thay đổi chút ít từ những thuốc bán chạy sẵn có trên thị trường".*
- *"Nhà sản xuất thuốc chỉ cần chỉ ra rằng thuốc mới hiệu quả hơn một viên giả dược hoặc một viên đường. Nếu một loại thuốc hiệu quả hơn hơn viên giả dược và an toàn, thì FDA phê duyệt luôn và có thể được đưa ra thị trường. Kết quả là các bác sĩ không biết thuốc mới có gì tốt hơn hoặc tồi hơn những thuốc họ đang dùng".*
- *"… giấy phép độc quyền nhãn hiệu hết hạn với thuốc cũ và thuốc đó có thể được bán như thuốc không có tên thương mại với giá thấp hơn 20% (họ bán giá đó ngay trong khi giấy phép độc quyền nhãn hiệu còn hiệu lực). Các nhà sản xuất dược phẩm cần cung cấp thường xuyên thuốc mới có giấy phép độc quyền nhãn hiệu bảo hộ để họ có thể thay đổi bất cứ thứ gì họ muốn".*

---

[1] Fortune 500 là bảng xếp hạng danh sách 500 công ty lớn nhất Hoa Kỳ theo tổng thu nhập.

- *"… tại sao các công ty thuốc dành nhiều tiền đến thế cho tiếp thị? Câu trả lời là họ phải thuyết phục chúng ta là thuốc bắt chước của họ tốt hơn những thuốc khác. Và làm nhiều tiếp thị bởi vì luôn không có chứng cứ khoa học hậu thuẫn cho yêu cầu bồi thường".*

Phản hồi của FDA

Phản hồi của FDA: *"Tất cả thuốc đều có rủi ro,* hầu hết trong số đó có rủi ro nghiêm trọng", bác sĩ Janet Woodcock, Giám đốc Trung tâm Duyệt thuốc của FDA nói. *"Khi một loại thuốc được phê duyệt là hiệu quả và an toàn"* [trong trường hợp của thuốc hóa trị thì một nửa đối tượng thử nghiệm sống sót], *"thì FDA phụ thuộc vào bác sĩ để tính toán những rủi ro,* đọc nhãn thuốc… *Chúng tôi phải dựa vào cộng đồng hành nghề làm* trung gian. *Đó là lý do tại sao thuốc phải kê đơn".*

Trong một bài phỏng vấn, bác sĩ Woodcock đã ám chỉ đến cảm giác khó khăn khi phải từ chối một loại thuốc được đề nghị mà công ty đã tốn kém *150 triệu đô-la hay hơn nữa* để phát triển.

"Điểm cốt yếu"

Bác sĩ Woodcock, bà đã nghe thấy bao nhiêu người tử vong vì dùng quá liều vitamin C hoặc ăn quá nhiều rau chưa?

Nghi ngờ mọi loại thuốc

Bạn có thấy tầm quan trọng của việc "hỏi lại" bác sĩ không? *Hãy hỏi mọi thứ.* Nếu bạn hay người thân được kê đơn một loại thuốc [nhất là thuốc hóa trị], *LUÔN LUÔN* yêu cầu xem các số liệu thống kê và nhãn cảnh báo mà *bác sĩ phải đọc.* Tất nhiên họ không có thời gian đọc tất cả. Nhưng bạn *PHẢI có thời gian.* Cuộc sống của bạn và người thân có thể bị nguy hiểm.

Ngăn chặn sự cạnh tranh

Câu hỏi lô-gic là "Tại sao FDA, EU và các cơ quan chính phủ ở Úc lại kéo dài việc *ngăn chặn* điều trị không độc hại đối với ung thư và các bệnh khác?". Lời giải đáp duy nhất là hệ thống y tế của chúng ta, ở Mỹ, châu Âu, Úc và các nước khác bị chi phối bởi *tiền của công ty dược* và cạnh tranh đến từ các sản phẩm tự nhiên cần phải bị ngăn chặn.

Âm mưu

Bản chất thực của Big Pharma ảnh hưởng lên các cơ quan chính phủ và tư nhân chỉ có thể được đánh giá đúng với *nhiều thông tin chi tiết* hơn so với những gì chúng tôi có thể cung cấp ở đây. Cách tốt nhất để đánh giá vấn đề này mà chúng tôi biết là đọc cuốn sách nhan đề *Chính trị trong chữa bệnh – Lấp liếm và thao túng của Y tế Mỹ* (Politics in Healing – The suppression and manipulation of America Medicine) của Daniel Haley, xuất bản năm 2000 và có bán trên amazon.com.

Sau 10 năm tìm hiểu, Haley đã dẫn chứng bằng tài liệu *12 trường hợp nghiên cứu* về việc im đi có hệ thống *những cách chữa bệnh đã được chứng minh – phần lớn là chữa ung thư.* Những chất như Glyoxilide, Krebiozen, DMSO, Colustrum, Hydrazine Sulfate, 714X, Aloe Vera và Cesium Chloride được bảo chứng rất cặn kẽ với những tên tuổi như Royal Rife, Harry Hoxsey, bác sĩ William Koch, tiến sĩ Andrew Ivy, Gaston Naessens, bác sĩ Robert Becker và bác sĩ Stanislaw Burzynski.

Dưới đây là những gì bác sĩ Julian Whitaker, người đại diện xuất chúng trong y tế thay thế nói về cuốn sách đó:

"Daniel Haley đã viết một cuốn sách rất quan trọng về nghề y, trình bày tỉ mỉ cuộc chiến giữa cái thiện và cái ác mà chưa ai từng làm trước đó. Những câu chuyện không thể tin nổi, nhưng lại là sự thật".

Sự lấp liếm mà Daniel Haley dẫn chứng là một *âm mưu rõ ràng* trong Hiệp hội Y khoa Mỹ *(American Medical Association* – AMA*)*, Hội Ung thư Hoa Kỳ *(American Cancer Society* – ACS*)*, Viện Y tế Quốc gia *(National Institutes of Health* – NIH*)*, FDA và Ủy ban Thương mại Liên bang *(Federal Trade Commission* – FTC*)* phục vụ cho các tập đoàn *Big Pharma.*

Đây không phải cuốn sách dễ đọc. Dù sao đi nữa, mọi người trên thế giới *cần phải đọc* cuốn sách này.

Nếu bạn đang khẩn trương tìm kiếm cách điều trị ung thư tốt nhất cho bạn hay người thân, thì chúng tôi sẽ tha thứ nếu bạn hoãn đọc sách này. Tuy nhiên, khi có thời gian, xin bạn *hãy quay trở lại.* Bạn sẽ không bao giờ đánh giá hệ thống y tế hoặc chính trị của chúng ta theo cách đó nữa. Trong khi chờ đợi, nếu bạn buộc phải theo đuổi, thì xin hãy nghe lời tôi là *hết sức cẩn thận* khi chấp nhận điều gì bạn nghe từ hệ thống y tế "chính thống" (hoặc "đối chứng") mà không có xác nhận của những nguồn thông tin khác ngoài hệ thống đó.

Có cần khiển trách bác sĩ không?

Bác sĩ có đáng bị khiển trách không? *Không.* Hầu hết các bác sĩ đều tận tụy, làm việc quá sức, thậm chí là các nhà *anh hùng* vô địch trong phục hồi sức khỏe cho bệnh nhân. Thật không may cho bạn, họ là *sản phẩm của một hệ thống y tế* được đóng cửa để đổi mới theo cách rất quyền thế. Phần lớn thậm chí không xem xét khi các phương pháp điều trị đó không phù hợp với khuôn mẫu *được học trong trường y* và trong tất cả các "khóa đào tạo nâng cao". Thực tế, phần lớn các "khóa đào tạo nâng cao" cho bác sĩ là những chuyến đi chơi đến những nơi kỳ thú được *các công ty dược tài trợ.*

Cái gì là *giáo điều y tế* hiện hành về ung thư mà các bác sĩ ung thư đang làm việc? Thứ nhất, ung thư là *kẻ thù bên ngoài* vào

trong cơ thể nên cần phải *bị tấn công* nên cần phải sử dụng các phương pháp điều trị cắt bỏ, tẩm độc hoặc đốt đi. Thứ hai, tất cả *thuốc tổng hợp có giấy phép độc quyền nhãn hiệu* (hóa trị…) đã duyệt cho bác sĩ kê đơn là *vượt trội mọi chất tự nhiên không độc hại* để chữa trị ung thư. Thứ ba, thực phẩm bổ sung là *phí tiền* cho những người ăn "chế độ ăn cân bằng". Và sau cùng, *chất độc nha khoa* không ảnh hưởng gì đến sức khỏe. Bốn "mô hình sai lầm" này khiến hầu như chắc chắn bạn sẽ phải hỏi ý kiến của bác sĩ.

Xin đừng vội chấp nhận hoặc phản đối ý kiến của chúng tôi về vấn đề này. Hãy kiểm tra một số thông tin từ *các chuyên gia thực thụ*. Một ví dụ là bài viết dưới đây. Các tác giả là: Nicholas Regush, phóng viên sức khỏe có kinh nghiệm của *ABC New* và bác sĩ Joseph Mercola, một trong những nhà chuyên môn y học có khả năng nhất mà tôi từng gặp, dĩ nhiên *không phải là các nhà cách mạng gốc*. Những ý kiến của họ rất quan trọng cho bạn vì bạn cần phải biết *bạn đang đương đầu với cái gì* trong sử dụng hệ thống y tế chính thống của chúng ta. Hãy đọc bài viết này: Http://www.mercola.com/2002/feb/27/death of medicine.htm

Công nghiệp ung thư

Trong cuốn sách lý thú của mình *Thế giới không ung thư – Câu chuyện về vitamin B17* (Wold Without Cancer – The Story of Vitamin B17), G. Edward Grinffin diễn tả như sau:

"Với hàng tỉ đô-la chi phí mỗi năm cho nghiên cứu, thêm hàng tỉ nữa từ doanh thu bán các thuốc liên quan đến ung thư, và với giơ-tay-nhanh-chóng của các chính khách cho các chương trình gia tăng chưa từng thấy đầy hứa hẹn của chính phủ, chúng ta thấy, hôm nay, nhiều người sống nhờ ung thư hơn là chết vì nó. Nếu điều bí ẩn này được giải quyết bằng vitamin đơn giản, thì ngành kinh doanh khổng lồ và công nghiệp chính trị này có thể bị quét sạch trong một

đêm. Kết quả là khoa học *chữa trị ung thư không phức tạp như* chính trị *chữa trị ung thư."*

Đòi hỏi bảo vệ người tiêu dùng thuốc của pháp luật luôn được ngành công nghiệp thuốc *viết ra*. Các chính khách hàm ơn sự hỗ trợ tài chính của các công ty dược đã hăng hái đưa tên các công ty vào pháp chế và thúc giục ban hành. Khi đã thành luật, nó chỉ phục vụ để *bảo vệ* đỡ đầu các công ty dược chống lại cạnh tranh – ví dụ như cạnh tranh đến từ phương pháp điều trị ung thư tự nhiên. Người tiêu dùng là *nạn nhân* của luật này chứ không phải người hưởng lợi.

Trong thử nghiệm và tiếp thị thuốc, không giống như các ngành công nghiệp khác, các công ty dược động hành lang Quốc hội để làm ra vẻ mọi thứ được thực hiện một cách khoa học. Bởi thế nên ngoài việc kêu gọi sự hỗ trợ của các chính khách, thì *các nhà khoa học* cũng phải được tuyển dụng – một kỳ tích được hoàn thành dễ dàng nhờ phân bổ khôn ngoan quỹ cho nghiên cứu.

Lịch sử

Quá trình này chẳng có gì mới lạ. Cựu Ủy viên Hội đồng FDA Jame L. Goddard trong bài phát biểu năm *1966* trước Hiệp hội các nhà Sản xuất Dược *(Pharmaceutical Manufacturers Association)* đã bày tỏ mối quan tâm về *tính không trung thực trong thử nghiệm thuốc mới.* Ông nói:

"Tôi bị sốc với những vật liệu đưa đến. Ngoài vấn đề chất lượng còn có vấn đề về sự thiếu trung thực trong nghiên cứu sử dụng thuốc mới. Tôi thừa nhận có những vùng xám trong tình trạng Điều tra Thuốc mới [Investigation of New Drugs – IND], nhưng chủ ý giấu giếm dữ liệu lâm sàng bất lợi cho động vật thì không phải là vùng xám. Chọn lựa có chủ ý các nhà điều tra viên lâm sàng được biết đến

là để được quan tâm đến tình hữu nghị ngành nghề hơn là phát triển số liệu tốt, thì đó không phải là vùng xám".

Người kế vị Goddard ở FDA là bác sĩ Herbert Ley. Năm 1969, ông đã bày tỏ trước Ủy ban Thượng viện và mô tả hàng loạt trường hợp *không trung thực hiển nhiên* trong thử nghiệm thuốc. Một trường hợp dính líu đến một Trợ lý Giáo sư Y khoa đã thử *24 thuốc của chín công ty khác nhau*. Bác sĩ Ley nói:

"Bệnh nhân chết trong lúc thử nghiệm lâm sàng không được báo cáo cho nhà tài trợ… Những người tử vong lại được kê danh sách là đối tượng thử nghiệm. Những người được báo cáo là đối tượng thử nghiệm lại không ở trong bệnh viện vào lúc thử nghiệm. Các bản thỏa thuận bệnh nhân có ngày ký sau khi đối tượng tử vong".

Một trường hợp khác liên quan đến *hãng thử nghiệm thuốc thương mại* thực hiện trên 82 loại thuốc của 28 công ty. Bác sĩ Ley nói:

"Những bệnh nhân đã chết, đã ra viện, hoặc đã rút ra khỏi nghiên cứu được thay thế bằng những bệnh nhân khác trong thử nghiệm mà không có ghi chú trong các hồ sơ. 41 bệnh nhân được báo cáo là tham gia nghiên cứu đã tử vong hoặc không ở trong bệnh viện trong thời gian nghiên cứu… Lưu giữ hồ sơ, giám sát và theo dõi bệnh nhân nói chung là hoàn toàn không đúng".

Số tiền tham nhũng. Thực sự là khoản tiền lớn *tham nhũng trọn vẹn!!*

Nghiên cứu công ty dược Lancet Nail

Để biết quan điểm về chủ đề này từ một *nguồn tin đứng đắn,* tôi gợi ý bạn đọc bài viết gần đây của *The Lancet,* tạp chí y tế Anh đáng kính. Trong đó bao gồm nghiên cứu được các công ty dược tài trợ và được *bác sĩ Joseph Mercola* đưa ra trong bản

tin tuyệt vời của ông. Có thể đọc bài viết và ý kiến của bác sĩ Mercola tại trang web: Http://www.mercola.com/2002/nov/20/ drug companies.htm

Khi vào đó, bạn hãy đăng kí nhận bản tin của bác sĩ Mercola. Đó là kho báu thông tin sức khỏe sẽ gửi miễn phí đến hộp email của bạn hai số một tuần.

Giai thoại cá nhân của Bill Henderson

Năm 1996, bác sĩ tiết niệu kê đơn thuốc *Hytrin*, thuốc do *Phòng pha chế Abbott* sản xuất, cho bệnh phì đại tiền liệt tuyến của tôi. Thuốc khá hiệu quả vì làm giảm bớt chứng thức dậy đêm của tôi. Làm dịu đi cơ tiền liệt tuyến và bàng quang. Hytrin cũng thường được dùng điều trị huyết áp cao, tôi không bị bệnh này.

Trong ba năm rưỡi đầu, tôi đã phải mua cho Hytrin với giá *60 đô-la*. Tôi cần mua bổ sung mỗi tháng một lần. Khi hỏi dược sĩ có thuốc không có tên thương mại không, thì được trả lời không, rằng Phòng pha chế Abbott có *giấy phép độc quyền nhãn hiệu* thuốc và chỉ được bán thuốc có tên.

Vâng, đoán xem chuyện gì? Giữa năm 2000 tôi phấn khởi tìm thấy giấy phép độc quyền nhãn hiệu của Phòng pha chế Abbott đã *hết hạn*. Tôi biết được chỉ vì dược sĩ bán cho tôi thuốc không có tên thương mại (terazosin hydrochloride) và tôi chỉ phải trả *5 đô-la* thay vì *60 đô-la*.

Chuyện đâm ra ly kỳ. Tháng 9 năm 2000, tôi nhận được thư từ văn phòng bác sĩ tiết niệu. Họ đang tiến hành *thử nghiệm lâm sàng* về một loại thuốc "mới" chữa phì đại tiền liệt tuyến và tìm *tình nguyện viên* cho thử nghiệm. Tôi tò mò nên gọi cho họ. Hóa ra đó là *phòng khám tiết niệu lớn nhất ở San Antonio* có nhân viên chuyên trách cho thử nghiệm thuốc.

Họ hỏi tôi vài câu hỏi. Rõ ràng là tôi đủ điều kiện và họ yêu cầu tôi tham gia thử nghiệm – mang tên *Thử nghiệm lâm sàng ngẫu nhiên*. Đòi hỏi người tham gia không dùng thuốc (dừng terazosin) trong một tháng và sau đó dùng thuốc "mới" trong ba tháng – nếu không thì dùng *viên giả dược* (viên đường) mà cả bạn và bác sĩ đều không biết. Một nửa số người dùng thuốc "mới" và *một nửa dùng thuốc giả dược*.

Đoán xem thuốc "mới" là gì? Không khó. Nó là *Hytrin II*. Loại "mới" và tất nhiên là có *giấy phép độc quyền nhãn hiệu mới* của thuốc. Nó có bổn phận "nâng cao chất lượng điều trị" BPH – phình trướng tiền liệt tuyến lành tính *(Benign Prostatic Hyperplasia)*, bệnh mà tôi và hầu hết đàn ông tuổi tôi đều bị. Tôi lịch sự từ chối tham gia thử nghiệm lâm sàng.

Cái gì *sai* ở bức tranh này? Vâng, có một số thứ:

1) Bạn có nghĩ đó là sự trùng hợp ngẫu nhiên Phòng bào chế Abbott vừa kết thúc phát triển Hytrin II *vài tháng* sau khi giấy phép độc quyền nhãn hiệu của Hytrin I vừa hết hạn?

2) Bạn có nghĩ đó là *đúng đạo lý* khi một phòng khám tiết niệu lớn hành động như đại lý cho một nhà sản xuất thuốc trong việc thử nghiệm lâm sàng? Liệu có gì *mâu thuẫn quyền lợi không?* Có tin đồn là họ kiếm 8.000 đô-la cho mỗi lần được công ty thuốc tuyển dụng.

3) Bạn có nghĩ Abbott hoặc bác sĩ đã nghĩ về *tác động tài chính* của thuốc "mới" lên tôi hoặc những người cao tuổi khác?

4) Tại sao bạn nghĩ cuộc đua Tổng Thống năm 2000 đã dựng lên THỎA THUẬN LỚN về *"lợi nhuận đơn thuốc"* của người lớn tuổi? Tại sao Quốc hội thông qua luật ban hành này năm 2003? Có thể có gì đó liên quan với *những đóng góp chính trị* từ các công ty thuốc? Nên nhớ rằng

lợi nhuận đơn thuốc đến thẳng từ *túi người đóng thuế*. Và tại sao dự luật lập nên "lợi nhuận" mới này không cho chính phủ liên bang quyền đàm phán giá thuốc, đúng y như họ đang làm ở chương trình thuốc cấp cho Cựu binh *(Veterans Administration)*? Big Pharma có 1.430 người dành toàn thời gian vận động hành lang chỉ riêng ở Washington D.C có gì đó liên quan?

5) Tại sao chúng ta không thảo luận làm thế nào để giữ cho các công ty dược không *đục khoét* người Mỹ trong khi họ bán cùng loại thuốc đó ở châu Âu và Canada với giá chỉ bằng *1/5*?

Trợ giúp từ Canada

Tháng 9 năm 2000, William Raspberry có bài viết trên *Washington Post* về *Chữa trị lâu dài với giá thuốc cao* (One Long-Term Cure for High Drug Prices). Dưới đây là một vài đoạn của bài viết đó:

Bernie Sander Thượng nghị sĩ của bang Vermont gần đây cho biết: "Có ít nhất 2 điểm liên quan đến vấn đề giá thuốc kê đơn cao.

Nhưng chính trị và báo chí hầu như chỉ chú trọng vào một điểm: "Giá cao vô nhân đạo" của thuốc. Ông muốn kêu gọi sự chú ý vào điểm kia của vấn đề: Thực tế người dân Mỹ 'trả giá cao nhất thế giới cho chính xác cùng một loại thuốc – không phải thuốc không có tên thương mại (generic), mà chính xác cùng thứ thuốc'.

Giải pháp! Ông nói rất dễ dàng. Cho phép các nhà thuốc có đăng ký và các nhà phân phối thuốc được mua thuốc FDA đã duyệt ở bất cứ đâu trên thế giới mang về bán ở đây. Ông gọi là tái nhập khẩu trong dự luật ông hi vọng sẽ được Quốc hội thông qua trước khi cuộc vận động bị trì hoãn".

[LƯU Ý: Dự luật đã thông qua và được Tổng thống Clinton ký theo luật định. Văn phòng sức khỏe và phụng sự con người

chưa bao giờ viết hướng dẫn thực hiện vì họ lo lắng cho sự "an toàn" của người tiêu dùng… Hừmmmm].

"'Đây là công cụ quan trọng', Sanders nói từ văn phòng ở Burlington trong một cuộc phỏng vấn qua điện thoại. 'Tôi sang Canada cùng một nhóm phụ nữ bị ung thư vú và chúng tôi nhìn vào giá của tamoxifen, loại thuốc được kê đơn rộng rãi để điều trị ung thư vú. Bạn có thể mua nó ở Canada với giá bằng 1/10 so với giá ở Mỹ.

Nếu dự luật này có hiệu lực vào ngày mai, thì các nhà thuốc ở Mỹ sẽ mua tamoxifen ở Canada và bán lẻ ở đây thấp hơn từ 30 đến 50% giá họ đang bán hiện nay'.

Sanders nói như vậy cũng có thể áp dụng cho bất cứ loại thuốc nào – đã được FDA duyệt xuất xứ sản xuất hoặc xuất khẩu từ Hoa Kỳ.

'Nhà thuốc phải được quyền mua thuốc theo đúng cách các công ty khác mua giầy dép, quần áo hay máy giặt', ông nói.

… Trở ngại lớn nhất để thông qua điều khoản này là ngành công nghiệp dược, Sanders nói. 'Họ là lực lượng vận động hành lang thế lực nhất trên Đồi Capitol', ông nói. 'Họ chi hàng chục triệu đô-la để chống lại dự luật này'".

Vậy thì sao?

Vậy tất cả những điều này có tác dụng gì với bạn, bệnh nhân ung thư và người chăm sóc? Vâng, hi vọng nó để lại cho bạn một chút hoài nghi về kiến nghị của ngành "công nghiệp" ung thư rằng tất cả phương pháp điều trị không do Bristol-Myers Squibb, Merck hay Abbott Labs bán hoặc được *"duyệt"* thì chỉ là *"lang băm"*.

Điều tối thiểu trần trụi nhất để tránh bị tổn thương bởi hệ thống này, là bạn *phải* tự đào tạo mình. Bạn phải được chuẩn bị để nghe nhiều hơn một ý kiến. Sau đó, khi tìm được bác sĩ (hoặc chữa

theo thiên nhiên hoặc vi lượng) mà bạn tin tưởng, bạn *phải được chuẩn bị làm đồng-bác sĩ* với vị ấy suốt trong quá trình điều trị của bạn. Tốt hơn nữa, thu thập kiến thức bạn cần và tự chữa cho mình.

Cuốn sách này được viết để chấm dứt lòng trung thành và niềm tin *mù quáng* của bạn vào hệ thống "điều trị" ung thư của chúng ta và trang bị cho bạn sức mạnh để tìm hiểu xa hơn nữa và tự chữa bệnh. Tin tưởng là tốt nếu xuất phát từ sức mạnh của sự hiểu biết.

Bạn có sức mạnh – Hãy sử dụng

Chúng tôi sẽ trang bị cho bạn *thông tin* – từ sách, internet, bản tin, tạp chí và các nguồn khác. Bạn sẽ có khả năng *chịu trách nhiệm* về sức khỏe của mình. Chúng tôi hi vọng bạn sẽ không thỏa mãn với *điều trị triệu chứng*. Bạn sẽ muốn *điều trị nguyên nhân*.

Nhưng, trước khi có thể điều trị nguyên nhân, bạn cần phải hiểu chúng.

Bill Henderson nói: "20 năm trước, bác sĩ phẫu thuật ung thư cho vợ tôi nói với tôi rằng *"80% vẫn còn là bí mật với chúng ta"*. Khi đó, tôi không hiểu ý của ông ta. Bây giờ, tôi nghĩ là tôi hiểu".

Ý của ông là cái đang xảy ra trong cơ thể bạn *ở mức độ tế bào* thực sự còn bí hiểm đối với hầu hết các bác sĩ.

- Sự tương tác giữa *não bộ* và *hệ miễn dịch*.
- Cảm xúc và *những áp lực* khác ảnh hưởng lên hệ miễn dịch.
- *Miệng* có thể tác động thế nào đến phần còn lại của cơ thể.
- Chính xác thì *hóa trị* tác động gì lên hệ miễn dịch.
- Những tác dụng phụ nào của hóa chất có thể *được bù đắp nhờ các chất tự nhiên*.

- Những ảnh hưởng *lâu dài* của hóa trị là gì.
- Những phương pháp điều trị khác để phục hồi khỏi ung thư.
- *Các chất không độc hại* có thể nâng hệ miễn dịch lên như thế nào.
- Những cơ quan nào chịu tác động bởi thiếu hụt *dinh dưỡng*.
- *Tế bào* phản ứng thế nào với thức ăn và thuốc.
- Tập luyện và dinh dưỡng tác động thế nào lên những bệnh như *tiểu đường*.
- *"Gốc tự do"* làm gì với cơ thể.
- *Những chất chống ô-xy hóa* nào chống gốc tự do hiệu quả nhất.
- *Những chất tự nhiên* cung cấp gì cho cơ thể để chống ô-xy hóa.
- *… và nhiều nhiều nữa.*

Bạn PHẢI thận trọng

Bạn *không được tin* mọi thứ nghe được từ bất cứ một bác sĩ nào. Bạn phải *kiểm soát* mọi thứ đang làm cho người thân bạn trong bệnh viện. Điều đó có nghĩa là dành một đêm cùng với họ trong bệnh viện. Chúng tôi thấy rất khó thuyết phục mọi người về *hai sự thật đơn giản đó*. Nếu bạn cũng khó chịu như vậy, thì đây là một vài thống kê có thể giúp bạn lần sau.

Các bác sĩ chính thức là nguyên nhân đứng hàng thứ ba gây tử vong ở Hoa Kỳ. Trong việc gây ra tử vong của bệnh nhân, họ chỉ đứng sau ung thư và tim mạch. Hiện có hơn (có thể còn *hơn* thế) 250.000 người chết mỗi năm vì những nguyên nhân *gây ra do điều trị* ở Hoa Kỳ. Câu nói lạ lùng này có nghĩa là *"điều gây ra*

cho bệnh nhân bởi lời nói hay hành động của bác sĩ". Đây là thống kê được công bố năm 1999:

12.000 *Không cần mổ*

7.000 *Nhầm thuốc ở bệnh viện*

20.000 *Nhầm lẫn khác ở bệnh viện*

80.000 *Nhiễm trùng ở bệnh viện*

106.000 *Không có nhầm lẫn, tác dụng tiêu cực của thuốc.*

Thông tin này lấy từ bài viết của bác sĩ Barbara Starfield ở Trường Vệ sinh và Sức khỏe Cộng đồng John Hopkins đăng trên *Tạp chí Hiệp hội Y học Mỹ* (*Jurnal of the American Medical Association* (26 tháng 7 năm 2000). Những thống kê trên lấy từ quá trình rà xét lại sau mỗi ca tử vong ở một bệnh viện để xác định nguyên nhân thực của mỗi ca tử vong cho mục đích bảo hiểm và để có *kinh nghiệm hơn trong điều trị.*

Tiếc thay, các bệnh viện hình như bị *thua ở trận chiến sau.* Nếu bạn nghĩ những số liệu kia sẽ nhỏ hơn trong những năm sau đó thì bạn đang lạc quan hơn chúng tôi rất nhiều.

Bạn có thực sự cho rằng các bệnh viện báo cáo chính xác *điều trị* hóa trị *đã giết bệnh nhân?* Một ước đoán chuẩn chúng tôi đã thấy là *ít nhất 80%* trong 570.000 tử vong mỗi năm ở nước Mỹ quy cho "ung thư" thực chất *nguyên do là tại liệu pháp điều trị ung thư".* Hơn nữa, khi bệnh nhân ung thư được điều trị bằng hóa trị hay xạ trị bị chết do nhiễm trùng như viêm phổi chẳng hạn là do hệ miễn dịch bị tàn phá và cái chết của họ không phải là "chết ung thư".

Canada có chế độ chăm sóc sức khỏe miễn phí nên các bác sĩ có thể trong chừng mực nào đó thẳng thắn hơn ở Mỹ. *Trung tâm Ung thư McGill* ở Montreal, Quebec là một trong những trung tâm điều trị ung thư lớn nhất và uy tín nhất trên thế giới đã làm một nghiên cứu về bác sĩ ung thư để xác định họ phản ứng như

thế nào khi chẩn đoán bị ung thư. Trong bảng câu hỏi bí mật, 58 trong 64 bác sĩ ung thư (91%) đã nói bản thân họ và người thân sẽ không sử dụng *TẤT CẢ các chương trình hóa trị*. Nguyên nhân quan trọng hơn cả cho quyết định này là thuốc *không hiệu quả* và có *mức độ độc hại không chấp nhận được*. Đấy cũng chính là những bác sĩ sẽ nói với bạn rằng phương pháp hóa trị sẽ làm nhỏ khối u và kéo dài cuộc sống của bạn!

Điều tra tương tự tiến hành gần đây bởi *Thời báo Los Angeles* cho thấy *75%* bác sĩ ung thư tuyên bố rằng hóa trị và xạ trị là *không được các bác sĩ điều trị cho bản thân và cho gia đình mình*. Vậy mà, ngày hôm nay, 75% bệnh nhân ung thư dùng hóa trị. Hãy nhìn con số!

Bạn đã đủ hoài nghi về lời khuyên y tế chưa? Hãy xem như đó là công việc làm bạn "sáng suốt hơn bác sĩ ung thư". Trước hết, hãy xem ung thư là gì và cái gì gây ra nó.

CHƯƠNG 3

UNG THƯ LÀ GÌ?

"Những triết lý của một thế hệ trở nên ngớ ngẩn ở thế hệ tiếp theo và sự ngu ngốc của ngày hôm qua lại trở nên sáng suốt trong ngày mai."

WILLIAM OSLER (1902)

Ung thư thật đơn giản...

Y học chính thống làm chúng ta khiếp sợ với chẩn đoán ung thư bởi vì phương pháp điều trị hành hạ bệnh nhân. Bill Henderson nói: *"Chẳng có ký ức nào mạnh mẽ hơn là chứng kiến thân thể người vợ quá cố của tôi suy sụp bởi* bốn năm ung thư *với hóa trị, xạ trị và thuốc giảm đau.*

Cuộc vật lộn của cô ấy với ung thư đã khiến tôi nghiên cứu tìm câu trả lời. Làm thế nào ta có thể nhẹ nhàng đối mặt với ung thư? Làm thế nào chúng ta có thể phòng ngừa *ung thư? Để làm được điều đó, trước hết chúng ta phải* hiểu *ung thư."*

Vài con số về ung thư

Đầu tiên, chúng tôi cung cấp cho bạn một vài con số. Năm 2004, ung thư là nguyên nhân tử vong hàng đầu ở Mỹ. Khoảng 24% bệnh nhân tử vong mỗi năm được công bố do ung thư.

Để ý chữ "khoảng". Bill nói: *"Như tôi kể ở trên, người vợ quá cố của tôi – Marjorie, đã chết ngày 1 tháng 11 năm 1994 sau* cuộc vật lộn bốn năm *với ung thư. Trong giấy chứng tử của cô ấy, bác sĩ ghi* "suy tim" *là nguyên nhân của cái chết. Hiển nhiên mọi thống kê về tỉ lệ tử vong đều cần được làm tỉ mỉ. Những người bạn là bác sĩ của tôi nói với tôi rằng luật yêu cầu họ phải đưa vào nguyên nhân* cuối cùng *của tử vong, chứ không phải nguyên nhân* trước đó *theo bất cứ nghĩa nào."*

Hơn một triệu người Mỹ được chẩn đoán ung thư *mỗi năm* và hơn nửa triệu giấy chứng tử viện dẫn ung thư là nguyên nhân tử vong.

Có 800.000 người khác nữa bị *ung thư phát triển nhỏ không-xâm lấn* và nhiều loại ung thư da ôn hòa, cả hai loại này nói chung không lan truyền và có thể chữa khỏi dễ dàng. Những loại ung thư này *không được tính* đến trong thống kê ung thư hàng năm.

Với *phụ nữ từ 35 đến 74 tuổi* thì ung thư là nguyên nhân hàng đầu của tử vong. Với *đàn ông* cùng độ tuổi đó, ung thư đứng *thứ hai* sau tim mạch là nguyên nhân của tử vong.

Bất chấp tỉ lệ mắc ung thư cao và *"cuộc chiến ung thư"* của chính quyền liên bang bắt đầu từ năm 1974 và được tài trợ nhiều trăm tỉ đô-la cho nghiên cứu, hầu như *không có tiến bộ* nào trong chữa trị những dạng ung thư phổ biến nhất.

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), có *7,9 triệu ca tử vong* năm 2007 (13% trong tổng tử vong) là *do ung thư*. Dự kiến con số

này vẫn tiếp tục nâng cao đến *12 triệu ca tử vong* vào năm 2030. Con số đó quá lớn và sự chịu đựng là không thể hiểu nổi.

Ở Mỹ, tỉ lệ tử vong do ung thư *tăng 8%* vào năm 2004 so với năm 1970, ngay trước "cuộc chiến ung thư" được phát động. Bất chấp số lượng lớn mọi người đã *bỏ thuốc lá* trong những năm gần đây, theo Viện Ung thư Quốc gia *(National Cancer Institute)* thì tỉ lệ mắc một số loại ung thư phổ biến như ruột, vú, tiền liệt tuyến… vẫn *tăng vọt*.

Nói cách khác, *ở Mỹ cứ hai người đàn ông thì có một người và cứ ba người phụ nữ thì có một người bị ung thư* – trừ phi ta hiểu nó tốt hơn và thay đổi lối sống mà tôi sẽ chỉ cho bạn.

Nếu khối u được phát hiện sớm và cắt đi, thì tỉ lệ nó sẽ không *tiếp tục phát triển hoặc xuất hiện vào khoảng 50%*. Một khi ung thư *đã di căn* (phát tán đến chỗ khác trong cơ thể) thì hóa trị và/hoặc xạ trị sẽ chỉ chữa khỏi cho khoảng 2%. Chúng tôi không thích những tỉ lệ đó và không chấp nhận chúng. Còn bạn?

Một cái nhìn thú vị khác vào bằng chứng thống kê về "thành công" của điều trị ung thư chính thống được một nhóm ba *nhà nghiên cứu chuyên nghiệp* tại Úc thực hiện. Công bố năm 2004 trong *Tạp chí ung thư* (Journal of Oncology), nghiên cứu này đã xem xét các hồ sơ của hơn 200.000 bệnh nhân ung thư ở Mỹ và Úc từ 1990 đến 2004. Họ nhận thấy mức tăng trung bình của 5-năm sống sót trong số những người được điều trị bằng hóa trị liệu liều cao là *2,1%* ở Mỹ và *2,3%* ở Úc.

Hãy đặt mình vào vị trí của chuyên gia ung thư. Với *tỉ lệ thất bại 98%* của hóa trị trong việc kéo dài sự sống của bệnh nhân, bạn không *bi quan* sao khi họ sắp được bạn tiên đoán?

Ung thư đến từ đâu?

Tất cả các ung thư có nguồn gốc từ tế bào bình thường của cơ thể chúng ta. Do vậy, điều trị một cách nhẹ nhàng rất có

ý nghĩa. Hầu hết ung thư phát sinh từ sự tiếp xúc của chúng ta với môi trường xung quanh. Gần *1/3* ung thư được chẩn đoán ở châu Âu và Mỹ có liên quan đến sử dụng *thuốc lá.* Con số đó nghĩa là hơn 150.000 ca tử vong mỗi năm ở Mỹ.

Thức ăn đóng góp cũng khoảng *1/3* ung thư, đặc biệt là ung thư dạ dày và đường ruột.

Người gầy có ít rủi ro hơn về ung thư vú, tiền liệt tuyến và tử cung. Điều này có lẽ vì những ung thư này liên quan đến mật độ cao của hoóc-môn giới tính, estrogen và testosterone. Những hoóc-môn này *tàng chứa trong chất béo.*

Những người uống nhiều rượu rất dễ mắc *ung thư miệng và gan.*

Những nguy hiểm nghề nghiệp như môi trường làm việc thường xuyên phải tiếp xúc với asbestos và formaldehyde là nguyên nhân gây ra *5%* ung thư.

Điều ngạc nhiên là chỉ khoảng 3% ung thư là có yếu tố di truyền. Nhóm ung thư xảy ra trong một gia đình thường có nguyên nhân giống nhau là những *lựa chọn lối sống* – đặc biệt là chế độ ăn.

Điều quan trọng nhất cần phải biết về nguyên nhân gây ung thư là trong mọi trường hợp nó thường là nguyên nhân của: 1) một *tổn thương tình cảm* như mất đứa con một cách bi thảm hoặc *áp lực tinh thần kéo dài* như do ly dị; 2) *ống tủy răng và/hoặc lỗ hổng răng.* Chúng ngăn cản hệ miễn dịch và cho phép ung thư phát triển (trong một điều kiện thuận lợi); và 3) *những thứ chúng ta đưa vào miệng* – chắc chắn là thuốc lá và rượu, và cả thức ăn nữa. Thực phẩm nấu chín không có enzyme và có ít chất bổ.

Enzyme là chất thiết yếu để tiêu hóa thức ăn. Tuyến tụy phải sản xuất tất cả enzyme để tiêu hóa thức ăn đã nấu chín. Quá trình [tiêu hóa] không suôn sẻ 100%. Màng tế bào của

chúng ta (phương tiện giao tiếp chính của tế bào) bị *"mắc kẹt"* với các phân tử không tiêu hóa được từ thức ăn nấu chín. Việc thiếu các chất dinh dưỡng, enzyme và số lượng khổng lồ các hóa chất trong tất cả đồ ăn siêu thị đóng gói hoặc đóng hộp là bê bối chính và chịu trách nhiệm cho *hàng triệu người tử vong* mỗi năm.

Thực phẩm tươi sống các loại có các enzyme mà cơ thể chúng ta cần để tiêu hóa. Có ngạc nhiên không khi các bệnh nhân tiểu đường cải thiện được các chỉ số *trong một vài tuần* sau khi áp dụng chế độ ăn thực phẩm tươi sống?

Tiểu đường cũng giống như ung thư là kết quả của một đứt vỡ trong liên kết của tế bào. Cải thiện màng tế bào chữa lành bệnh tiểu đường cũng như ung thư. Một trong những khác biệt lớn nhất giữa chế độ ăn uống lành mạnh Địa Trung Hải và chế độ ăn uống của Mỹ là chế độ ăn trước chứa nhiều dầu Omega 3 hơn. Chế độ ăn sau chứa nhiều dầu Omega 6. Các dầu Omega 3 là thiết yếu cho hoạt động khỏe mạnh của màng tế bào. Giải thích tuyệt vời về tế bào của chúng ta giao tiếp như thế nào, viết cho người thường, hãy đọc cuốn *Sinh học của niềm tin* (Biology of Belief) của tiến sĩ Bruce Lipton.

Ung thư chính xác là gì?

Ung thư có nghĩa là sự *phát triển của khối u*. Hầu hết các loại ung thư (khoảng 90%) liên quan đến một khối u. Tuy nhiên, không phải mọi khối u đều là ung thư. Ung thư cũng bao gồm một loạt các (những gì bác sĩ gọi) *"bệnh"* nhưng không biểu hiện các khối u. Chúng gồm các ung thư hệ thống bạch cầu gọi là "ung thư hệ bạch huyết", các ung thư máu như "bạch cầu", và các ung thư da như "u hắc sắc tố".

Như bạn sẽ thấy, chúng tôi không tin ung thư hay bất cứ bệnh suy thoái nào là một "bệnh". Chính xác hơn, đó là một

"phản ứng". Thông thường, đó là phản ứng đối với *lựa chọn lối sống* của bạn và những gì xảy ra với bạn trong những năm trước đó. Ngoài hút thuốc, uống rượu và những lựa chọn dại dột khác, nếu không phải là tổn thương tình cảm hay ống tủy răng thì nguyên nhân trực tiếp hầu như luôn luôn là chế độ ăn uống. Thường thì cả ba đều liên quan.

Có khoảng 3 đến 4% các loại ung thư bắt nguồn từ gen di truyền. Còn 96 đến 97% gây ra bởi sự đứt gãy trong giao tiếp của tế bào mà chúng tôi đã nêu ở trên. Nỗ lực giải thích về sự đứt gãy này là *rất khác nhau*. Một số cho rằng *"vi khuẩn"* trong các tế bào tạo ra tế bào ung thư; số khác cho rằng *"gốc tự do"* làm hư hại ADN; số khác lại cho rằng một lớp phủ của *đạm khó tiêu* trên màng tế bào; số khác nữa cho rằng sự *"thụt áp"* trong tế bào; số khác nữa thì cho rằng do *độ a-xít*. Bạn thấy đấy, các chuyên gia không thống nhất nguyên nhân chính xác về "sự cố tế bào" này.

Một điều chắc chắn là: Nếu cơ thể bạn (nhất là hệ miễn dịch) đủ khỏe mạnh để chống trả tất cả độc tố đưa vào hoặc khu trú trong cơ thể thì bạn không bị "phản ứng" gọi là ung thư.

Một điểm chung cho tất cả ung thư là *sự phá hỏng ADN* trong nhân tế bào. ADN *được nhân đôi với mỗi phân chia tế bào.* Trung bình người trưởng thành có 75 nghìn tỉ tế bào trong cơ thể. Xin nhắc lại *75.000.000.000.000 tế bào*. 99% tế bào trong cơ thể chúng ta là tế bào "thân". Toàn bộ tế bào của chúng ta, trừ tế bào não và thần kinh, đều được thay thế hàng nghìn hoặc hàng trăm nghìn lần trong suốt cuộc đời. Trong vòng *bảy năm*, quá trình tế bào phân đôi và chết đi thay thế gần như *mọi tế bào* trong thân thể chúng ta.

Một cách nhìn khác là *mỗi ngày* có khoảng *300 tỉ tế bào* được thay thế trong cơ thể chúng ta. Tại sao điều này lại quan trọng?

Bởi vì "lỗi" không tránh khỏi phát sinh trong quá trình này là một trong những "nguyên nhân" nêu trên. Nếu những "lỗi" của ADN trong tế bào chỉ chiếm 0,003% (ba phần nghìn phần trăm) thời gian thì chúng ta đã sản sinh *mười triệu tế bào ung thư* mỗi ngày. Con số đó chắc là còn dè dặt. Một tỉ tế bào ung thư có kích cỡ bằng cục tẩy ở đầu bút chì.

Những vấn đề của sự phân đôi

Khi một tế bào phân đôi thì ADN trong tế bào đó được sao chép và chuyển sang tế bào mới. Thế nhưng ADN trong bất kỳ một tế bào nào có thể đã bị hư hỏng. Những chỉ dẫn trên gen có thể bị *phá vỡ hoặc thay đổi* – đột biến.

Nếu đột biến này xảy ra nhầm vị trí – tại gen hoạt tính chẳng hạn – nó có thể *phá vỡ chức năng của tế bào,* nếu điều đó xảy ra nó sẽ làm mất đi khả năng tồn tại với "hô hấp" bình thường. Đúng thế, mỗi tế bào hít vào ô-xy để tạo ra năng lượng.

Cơ thể đẹp đẽ của bạn có một *hệ điều hòa* kỳ diệu. Ví dụ khi bạn bị đứt tay, các tế bào sẽ tiến hành làm công việc sửa chữa tổn hại. Khi lượng tế bào tụ tập đến vết thương để chữa đã đủ thì tế bào *ngừng phân đôi.* Đã bao giờ bạn tự hỏi sao lại thế chưa? Đó là do có một *"gen tự sát"* trong ADN nói lên "đủ rồi".

Không những tổng lượng tế bào bị kiểm soát, mà những gen *"hiệu chỉnh"* trong ADN còn tìm kiếm những bất thường trong tế bào. Khi chúng tìm thấy một bất thường, chúng sẽ hoặc là chỉnh lại hoặc là tiêu diệt tế bào đó. Chúng làm việc 24/7. *Ngạc nhiên* chưa?

Hệ miễn dịch của bạn (khoảng 20 nghìn tỉ trong 75 nghìn tỉ tế bào) cũng tiêu diệt những tế bào hư hỏng lên đến hàng triệu mỗi ngày. Đó là *hàng phòng thủ thứ hai* của bạn chống lại những tế bào bất thường.

Các tế bào ung thư trông khác thường đối với hệ miễn dịch của bạn bởi vì chúng đã mất khả năng sử dụng ô-xy. Thay vào đó, chúng sử dụng *quá trình lên men* của fructose và glucose cho năng lượng của chúng. Trong thực tế, chúng có khoảng 17 lần các thụ thể cho glucose trên màng của chúng như một tế bào bình thường.

Vậy thì các tế bào ung thư (phân đôi ngoài kiểm soát) xuất hiện *hàng ngày* trong cơ thể bạn. Nếu các tế bào có chức năng "cảnh sát" bị thất bại, thì hệ miễn dịch phải *nhận biết tế bào "ương ngạnh" này và tiêu diệt nó*. Hệ miễn dịch không gì khác là *những tế bào chuyên dụng*. 130 loại tế bào khác nhau của hệ miễn dịch sống trong cùng "môi trường" như những tế bào khác trong cơ thể bạn. Điều gì sẽ xảy ra nếu chúng bị yếu đi bởi cũng quá trình đó mà gây ra phân đôi "bất thường" của tế bào? Khi đó thì sao?

Tế bào đã *mất khả năng "tự sát"* của nó. Gen *"hiệu chỉnh"* đã bỏ qua lỗi. Hệ miễn dịch của bạn *quá yếu* để làm hàng phòng thủ thứ hai như thông thường. Kết quả là: *bị ung thư.*

Các tế bào ung thư thường di chuyển đến *bộ phận yếu nhất và nhiều a-xít nhất* trong cơ thể bạn và một khối u được nuôi dưỡng. U ung thư phát triển do các tế bào *"con cái"* kế thừa cùng nhóm gen bất thường đó.

Một số u ung thư phát triển rất chậm và không được chẩn đoán sau *5-15 năm*. Số khác phát triển nhanh hơn và được ghi nhận chỉ trong một *vài tháng hoặc vài ba năm*. Và tất nhiên một số ung thư (bạch cầu, hệ bạch huyết và u melanin) không hề phát triển thành khối u. Có khoảng 90% ung thư liên quan đến khối u.

Khối u ung thư

Hãy quan sát một khối u ung thư điển hình, giả sử trong đường ruột. Một khối u (triệu chứng ung thư) là lượng (thường

là tỉ) tế bào ung thư được mô bao quanh. Các tế bào ung thư không phải là tổ chức cơ quan. Khối u ung thư chính là *"phản ứng cấp cứu"* của cơ thể chúng ta đối với những tế bào không bình thường bị mất kiểm soát. Cơ thể chúng ta cố gắng "ngăn cách chúng" với các tế bào còn lại để hạn chế hư hại bằng cách gói chúng trong mô.

Tất nhiên là các tế bào ung thư vẫn tiếp tục phân đôi ngoài sự kiểm soát và khối u phát triển. Vào thời điểm nào đó, tác động của khối u được bạn hay bác sĩ của bạn "ghi nhận", thường là sau vài tháng hoặc vài năm. Bạn cảm thấy có một cục u hay bạn thấy chảy máu bất thường hoặc đau, ví dụ thế. Điển hình khi đó bác sĩ ung thư của bạn sẽ tiến hành một vài *"thủ pháp"* thăm khám. Thông thường, là chiếu chụp hoặc xét nghiệm máu, và tiếp theo thường là "sinh thiết". Về lý thuyết, sinh thiết là *chọc một lỗ* vào mô khối u và lấy ra mẫu tế bào bên trong khối u để xét nghiệm trong phòng thí nghiệm. Luôn có nhiều cách ít can thiệp hơn [ít xâm lấn] để chẩn đoán ung thư.

Bạn nghĩ việc này có ích chăng? Vâng, phải rồi. Nó *chẳng ích gì*. Phá vỡ nguyên trạng của mô quanh khối u thường dẫn đến sự phát tán của các tế bào ung thư. Không có "thủ pháp" này chúng có thể đã "nằm yên" *bên trong lớp mô khối u*.

Lấy khối u ra bằng phẫu thuật luôn luôn có *hiệu ứng tương tự*. Nhà phẫu thuật nói *"Ta đã lấy hết"*, trong khi thực tế ông/bà ấy lấy đi *phần lớn* tế bào ung thư, nhưng một số đã thoát khỏi "thủ pháp" này. Vậy thì có *luôn luôn* thông minh hơn không khi chối từ lấy sinh thiết và phẫu thuật? Vài tranh cãi trong y tế thích hợp với *"luôn luôn"*: Sinh thiết, được. Phẫu thuật, đôi lúc. Có số ít trường hợp thủ pháp dùng phẫu thuật hoặc "dao gama" để *"lấy"* khối u ra là cần thiết – như một số u não và u ruột chẳng hạn.

Bạn có muốn biết chúng tôi sẽ làm gì không? Đơn giản là tránh mọi "thủ pháp" có thể làm phát tán (di căn) các tế bào

ung thư, trừ phi cuộc sống của bạn đang bị đe dọa. Chúng tôi biết rằng một khối u hiếm khi giết được chúng tôi, cho dù nó ác hiểm (ác tính) hay không. Với một chế độ (xem Chương 5) đưa *hầu hết các ung thư vào sự kiểm soát trong vài tuần,* bạn hiếm khi cần "những thủ pháp" can thiệp đó.

Xin lưu ý rằng quan điểm lạc quan về thời gian phục hồi này chỉ áp dụng cho các bệnh nhân ung thư *không trải qua hóa trị hoặc xạ trị.* Những phương pháp này làm tổn hại rất lớn đến khả năng phục hồi của cơ thể. Khi đó việc phục hồi mất *hàng tháng chứ không phải hàng tuần.*

Gốc tự do là gì?

Gốc tự do, một trong những nguyên nhân phổ biến nhất sinh ra ADN ung thư, *nằm trong* sự kiểm soát của bạn. Gốc tự do là gì? Hàng ngày chúng ta sản xuất ra hoặc đưa vào hàng triệu gốc tự do. Chúng là những hợp chất có *một điện tử không ghép cặp* trong nguyên tử của chúng.

Dù có cố gắng đến mấy bạn *không thể tránh* gốc tự do. Chúng nằm trong cơ thể bạn và có trong không khí. Giữa *nhiều nguyên nhân khác,* chúng là kết quả từ quá trình cơ thể bạn thường tách nhỏ thức ăn. Thế nhưng chúng sinh ra và có thể được kiểm soát bằng những quyết định hàng ngày của chúng ta về lối sống. Những quyết định về lối sống gì? Một vài ví dụ:

- *Thuốc lá* gây ra lượng lớn gốc tự do trong mọi hoạt động sống. Rốt cuộc là nó sinh ra một số lượng gốc tự do vượt quá sự phòng thủ tinh vi của cơ thể bạn và bạn – kẻ hút thuốc, bị ung thư phổi, tràn khí, đau tim và rất nhiều chứng bệnh nữa.
- Càng *nhiều mỡ "xấu"* bạn hấp thụ, thì bạn sản xuất càng *nhiều gốc tự do.* Đặc biệt nguy hại là a-xít chuyển hóa chất béo được tìm thấy rất nhiều trong "Chế độ ăn tiêu chuẩn Mỹ" (Standard American Diet – SAD). Lấy ví dụ trong thức ăn nhanh thì khoai tây chiên giòn là một trong những tập trung cao độ nhất của a-xít chuyển hóa chất béo của mọi loại thức ăn.
- Thức ăn, vitamin và các thực phẩm bổ sung khác cung ứng chất *"chống ô-xy hóa"* có thể tiêu diệt *hàng triệu* gốc tự do.
- Mọi lựa chọn lối sống đó được *tích tụ* lại – cho tốt hơn hay xấu hơn.

Ngoài ung thư, gốc tự do nguy hại còn gây lão suy, viêm khớp, xơ cứng thành động mạch và suy giảm chức năng hệ miễn dịch khi chúng ta có tuổi.

Những bất cập của chế độ ăn

Thiếu chất dinh dưỡng trong chế độ ăn của chúng ta và cách cải thiện là chủ đề mà rất nhiều cuốn sách đã đề cập. Một số

sách tốt được nêu ra ở Sổ tay 1 (ở cuối sách). *Mất đất mầu mỡ* do quay vòng vụ gieo trồng cùng với *cách chế biến thức ăn* khiến các tế bào của bạn bị thiếu chất dinh dưỡng cần thiết để duy trì sức khỏe. Thực tế là chúng bị tấn công bởi hàng trăm thứ hóa chất dùng trong chế biến thức ăn hàng ngày.

Các thực phẩm bổ sung và thức ăn hữu cơ có thể chữa những rắc rối này trong một chừng mực nào đó. Tuy thế, những điều kiện này là nguyên nhân của *gần như tất cả những "phản ứng" suy thoái* (viêm khớp, đa xơ cứng, thận, suy tim, rối loạn cơ, hội chứng mỏi mệt mãn tính – và *dĩ nhiên cả ung thư* và nhiều thứ khác nữa).

Hỗ trợ hệ miễn dịch của bạn

Hàng loạt nghiên cứu trong những năm gần đây khẳng định chức năng của hệ miễn dịch trong phòng ngừa và *điều trị* ung thư. Hầu như mỗi ngày lại có một công bố về nghiên cứu thuốc và vaccine nâng cao khả năng chống lại ung thư của hệ miễn dịch.

Chúng ta sẽ thấy ở Chương 5, những loại thuốc này là *không cần thiết*. Chúng đang tiếp tục theo đuổi gia tăng lợi nhuận cho Big Pharma. Có ít nhất ba chất *không độc hại* đã được chứng minh là nâng cao khả năng "dọn dẹp" tế bào ung thư của hệ miễn dịch. Những chất này được mô tả ở Chương 5. Chúng ta không cần thuốc mới nào cả.

Dưới đây là trích dẫn từ một cuốn sách hay *Tuổi thực* (Real Age) của bác sĩ Micheal F. Roizen:

"Về già, hàng phòng thủ thứ hai – hệ miễn dịch của bạn có xu hướng kém cảnh giác, không sẵn sàng ngăn chặn và tiêu diệt những dị thường. Sự yếu đi của hệ miễn dịch là khả năng nó không cung ứng được dự phòng cần thiết. Bạn càng sống lâu hơn thì khả năng tế bào phân đôi càng không ổn, khả năng ADN trong một tế bào cụ thể nào

đó sẽ chứa đột biến, và khả năng hệ miễn dịch của bạn không ở đó để bắt lấy lỗi. Điều quan trọng nhất cần phải nhớ là: Bạn có thể làm chậm lại, thậm chí đảo lại mức độ già đi của hệ miễn dịch của bạn." [Nhấn mạnh thêm].

Bác sĩ Roizen tiếp tục giải thích nguyên nhân và những phương cách phòng ngừa các loại ung thư. Nếu bạn muốn đọc thêm công trình của ông thì tìm đọc cuốn sách *TUỔI THỰC – Bạn có trẻ như bạn có thể không?* (REAL AGE – Are You as Young as You Can Be?) xuất bản năm 1999. Bạn cũng có thể xem ở trang http://www.realage.com/

Bác sĩ Roizen mở rộng thảo luận về chống ô-xy hóa (vitamin C, E,…) và vai trò của chúng trong việc kiểm soát *"gốc tự do"* là thứ làm hại gen trong tế bào của bạn.

Các nghiên cứu mà chúng tôi đã tiến hành thể hiện rõ hầu hết các ung thư đều có thể được ngăn chặn bằng *chế độ ăn, thực phẩm bổ sung và tập luyện* đúng đắn. Mỗi cái trong ba cái đó có thể xem như một chân của chiếc *kiềng ba chân*. Nếu một chân nào đó bị quên lãng, cái kiềng sẽ sụp đổ – cơ thể bạn suy thoái và bạn bị ốm.

[Ghi chú: Nhiều người đã chỉ ra thêm cho chúng tôi là chiếc "kiềng" đó thực ra có chân thứ tư. Họ nói đó là *tinh thần tự nhiên* và có ảnh hưởng tích cực đến sức khỏe của chúng ta. Chúng tôi sẽ không cố gây ảnh hưởng đến bạn về chủ đề này theo cách này hay cách khác].

Điều trị ung thư của bạn

Tóm lại, *UNG THƯ KHÔNG PHẢI LÀ MỘT "BỆNH"*, đó là triệu chứng về mất cân bằng trong cơ thể bạn! Đó đơn giản là các tế bào trong cơ thể bạn. Số lượng tế bào lên men bất thường (tế bào ung thư) được sản xuất do chuyển hóa tế bào hàng ngày (quá trình phân chia) đã vượt quá khả năng xử lý của hệ miễn

dịch của bạn. Các tế bào gốc nhân đôi nhanh hơn nhiều so với tế bào ung thư… nên các tế bào ung thư thậm chí không phải là những tế bào *phân đôi nhanh nhất* trong cơ thể bạn. Chúng chỉ là những tế bào không bình thường cần bị tiêu diệt hoặc được nuôi dưỡng để khỏe mạnh trở lại.

Cơ thể chúng ta *hàng ngày* sản sinh hàng triệu tế bào ung thư. Tế bào "cơ chế cảnh sát" bình thường của chúng ta quan tâm săn sóc chúng – cho đến khi nó không làm gì được nữa. Khi đó có khả năng chúng ta được chẩn đoán bị ung thư.

Ung thư chắc chắn *mất nhiều năm để phát triển* cho đến lúc nó bị phát hiện. Nếu bạn cần một nguyên nhân, hãy trách lối sống của bạn. Với hiểu biết đó, bạn cũng phải biết rằng chữa trị ung thư là một *quá trình suốt đời.* Một khi ung thư của bạn được kiểm soát, hay đang "thuyên giảm" bạn phải tiếp tục duy trì sự kiểm soát với lựa chọn lối sống tốt và với sự hỗ trợ của hệ miễn dịch trong *phần còn lại của cuộc đời.*

Bạn có thể xem ung thư như một *căn bệnh mãn tính*, giống chứng tăng huyết áp (huyết áp cao), bệnh tim hay bệnh thận. Bạn phải giữ cơ thể mình ở tình trạng chống ung thư cao nhất. Bạn *không thể* quay trở lại lối sống thiếu khoa học cũ và trông chờ ung thư biến đi.

Nó quay trở lại!!!!!!

Đáng tiếc vì thiếu kiểm soát nên *ung thư tái phát* có xu hướng di căn (lan truyền) *mạnh mẽ hơn.* Nhưng, bạn đừng lo. Trong Chương 5 và các cuốn sổ tay về chế độ ăn và tập luyện, chúng tôi sẽ chỉ cho bạn chính xác cách làm thế nào để tránh tái phát.

Phương pháp điều trị ung thư chính thống (phẫu thuật, hóa trị và xạ trị) *hủy hoại hệ miễn dịch của bạn.* Bác sĩ chuyên khoa ung thư ít để ý đến phục hồi nó hoặc thuyết phục bạn thay đổi

lối sống. Vì thế các bệnh nhân ung thư được điều trị theo chính thống trông có vẻ khá lên, nhưng ung thư *tái phát* sau một vài tháng hay vài năm ở dạng nặng hơn. Ngoài ra, ung thư tái phát thường kháng lại các tác nhân hóa trị liệu đã sử dụng trước đó. Các tế bào ung thư yếu đã bị tiêu diệt bởi trị liệu, còn những tế bào ung thư khỏe hơn vẫn tồn tại và tự sinh sôi nảy nở. Cuối cùng, tất cả đều mạnh và kháng lại điều trị.

Những chương tiếp theo của cuốn sách sẽ đề cập *chi tiết* những lựa chọn riêng biệt hiện có cho mỗi bệnh nhân ung thư. Rất nhiều trong số đó được hỗ trợ bởi những nỗ lực nghiên cứu quan trọng. Rất nhiều trong số đó tạo nên sự hình thành *các nhóm người sống sót* để thu thập thông tin cho các bệnh nhân ung thư khác.

Trong *Phụ lục A, Tóm tắt nguồn tài liệu*, có danh mục đầy đủ các nguồn tài liệu, bạn có thể sử dụng để tìm nhiều chi tiết hơn những gì chúng tôi đưa vào cuốn sách này. Cũng thế, các trang web sẽ cho phép bạn cập nhật những phát triển mới nhất, giống như bản tin của chúng tôi.

Phòng ngừa ung thư

Rất nhiều chất kháng ô-xy hóa mà cơ thể chúng ta cần để nuốt gọn gốc tự do và phòng ngừa ung thư *phải lấy* từ thực phẩm bổ sung. Nếu bạn đã nói chuyện với bác sĩ của bạn về chủ đề này, thì chắc câu trả lời của bác sĩ sẽ không khích lệ bạn. Hầu hết các bác sĩ đều cho rằng thực phẩm bổ sung là *không cần thiết*. Họ bảo, một chế độ ăn "đúng" sẽ cung cấp tất cả các vitamin, khoáng, enzyme mà bạn cần. Chỉ cần ăn một chế độ "cân bằng". Một số thậm chí còn bảo bạn ăn bất cứ thứ gì bạn muốn! Hãy hỏi bác sĩ của bạn một "chế độ ăn cân bằng" là gì và ông ta sẽ chỉ nhún vai mà thôi. Ông ta không biết gì về dinh dưỡng. Thường thì có kẹo cho bệnh nhân trong phòng khám của bác sĩ ung thư.

Một tác giả viết nhiều về ung thư – phương pháp điều trị và phòng ngừa – là *Tiến sĩ Ralph W. Moss.* Moss đã viết *13 cuốn sách* về điều trị ung thư, nguyên nhân, chữa trị, phòng ngừa,… kể cả *Hỏi về hóa trị* (Questioning Chemotherapy), *Thảo dược chống ung thư* (Herbs Against Cancer) và *Công nghiệp ung thư* (The Cancer Industry). Trích đoạn sau lấy từ cuốn sách của ông xuất bản năm 2000, tựa đề *Chống ô-xy hóa chống lại ung thư* (Antidioxidants Against Cancer).

"Quan điểm của các bác sĩ

Hàng nghìn báo cáo khoa học *chỉ ra sức mạnh của chất chống ô-xy hóa, nhiều bác sĩ đã không được dạy về điều này trong trường y. Số khác có lẽ biết về phát triển lý thú này nhưng* né tránh *vì sợ áp lực từ đồng nghiệp hoặc bị bêu xấu. Và rất thường thấy, các bác sĩ hưởng ứng các báo cáo tích cực với* cảnh báo *rằng bệnh nhân* không được *dùng thực phẩm bổ sung.*

Dòng chính thống vẫn là nghiên cứu đầy hứa hẹn, nhưng còn chưa đủ dữ liệu *để dựa vào đó mà có kết luận chắc chắn…*

Dĩ nhiên, một số can thiệp y học có thể có ít rủi ro *hơn so với ăn một chế độ* kháng ô-xy hóa cao. *Ở đây chúng ta không nói về dùng thạch tín, mà là về* trái cây và rau tươi, *cũng như với các chiết xuất cô đặc. Nhiều bác sĩ rút ra kết luận khi bạn trao đổi về chất kháng ô-xy hóa và họ nói:* "Quá nguy hiểm. Chưa đủ hiểu biết".

Chẳng ngạc nhiên khi người không chuyên quay sang sách, tạp chí và trang web để tìm thông tin về chất kháng ô-xy hóa và rất nhiều người bệnh thậm chí e ngại trao đổi *những câu hỏi về dinh dưỡng với bác sĩ của mình. Bệnh nhân ngày nay trở nên hiểu biết hơn* (đôi khi hiểu biết hơn bác sĩ của họ) *và có quyền hơn".*

Nếu bạn muốn đọc nhiều hơn công trình của tiến sĩ Moss, những trích đoạn lấy từ cuốn *Chống ô-xy hóa chống lại ung thư*

(Antidioxxidant Against Cancer), xuất bản năm 2000, bạn có thể vào trang: http://www.cancerdecisions.com

Thực phẩm bổ sung chống ô-xy hóa hiệu quả

Chúng ta đang trao đổi về chống ô-xy hóa trong việc phòng ngừa ung thư. Chúng cũng quan trọng trong phòng ngừa cơn đau tim, tai biến, thoái hóa điểm vàng ở mắt và về *hàng trăm thứ bệnh tật khác* đi cùng tuổi tác.

Những lý do để phải đưa thức ăn giàu chất chống ô-xy hóa và thực phẩm bổ sung vào bữa ăn quen thuộc hàng ngày của bạn *vượt xa hơn ung thư.*

Để chúng tôi cho bạn nguồn tốt nhất cho vitamin/khoáng chất *bổ sung* hầu như bao gồm tất cả. Nếu bạn biết nơi nào tốt hơn, chúng tôi mong muốn được biết. Xin hãy gửi email và kể cho chúng tôi về phát hiện của bạn đến:

Uhealcancer@gmail.com

Trong khoảng *hơn 18 năm,* Bill đã nhận được bản tin tựa đề *Thay Thế* (Alternatives) do *bác sĩ David G. Williams* viết. Ông viết về mọi thứ phải làm để sống khỏe là hết sức hữu ích.

Bác sĩ Williams có trang web vô cùng hữu dụng, chứa các bản tin tháng của ông suốt từ năm 1985. Đây là nguồn cung ứng thông tin dồi dào. Bạn có thể mua mỗi bản tin cũ mà bạn thích với 4 – 5 đô-la.

Www.drdavidwilliams.com/

Về chống ô-xy hóa, năm 1996 bác sĩ Williams đã đưa ra gói *Ích Lợi Mỗi Ngày,* đó là gói nhỏ gồm tám viên. Bill lấy một gói dùng sáng, gói nữa dùng trưa hoặc chiều như đề nghị của bác sĩ Williams.

Ông giải thích gói Ích Lợi Mỗi Ngày như sau:

"Tôi đã lựa chọn cẩn thận 65 *vitamin, khoáng chất, chất chống ô-xy hóa, thảo mộc, thức ăn thượng hạng, a-xít a-min và enzyme dễ tiêu cho Ích Lợi Mỗi Ngày dựa trên* nhiều năm nghiên cứu *về dinh dưỡng bổ sung.*

… các chất dinh dưỡng khó kiếm ấy phối hợp với nhau để tạo nạp chống ô-xy hóa *trong vitamin tổng hợp làm cho công thức mạnh hơn và có khả năng tốt hơn để tiêu diệt* gốc tự do *đang tấn công tế bào của bạn".*

Đây là các thành phần trong mỗi viên Ích Lợi Mỗi Ngày (hai gói):

Các vitamin và khoáng chủ yếu:

▪ Vitamin A	5.000 IU
▪ Vitamin C	2.000 mg
▪ Vitamin D	800 IU
▪ Vitamin K	60 mcg
▪ Thiamine (vitamin B1)	50 mg
▪ Riboflavin (vitamin B2)	50 mg
▪ Niacin	126 mg
▪ Vitamin B6	110 mg
▪ A-xít Folic	400 mcg
▪ Vitamin B12	100 mcg
▪ Biotin	300 mcg
▪ A-xít Pantothenic	150 mg
▪ Calcium	1.000 mg
▪ Iodine	100 mcg
▪ Magnesium	500 mg

- Zinc 20 mg
- Selenium 200 mcg
- Copper 2 mg
- Manganese 10 mg
- Chromium 200 mcg
- Molybdenum 100 mcg
- Potassium 100 mg
- Vanadium 150 mcg
- Choline 100 mg
- Quercetin 50 mg
- N-acetyl cysteine 50 mg
- Trace Minerals Complex 50 mg
- Lemon Bioflavonoids 40 mg
- Para-aminobenzoic acid (PABA) 30 mg
- Inositol 100 mg
- Silica 26 mg
- Rutin (từ bột kiều mạch) 10 mg
- Hesperidin (vỏ cam quýt) 10 mg
- Boron 1.000 mcg

Chống ô-xy hóa nâng cao

- Vitamin A (beta carotene) 15.000 IU
- Vitamin E 400 IU
- Tocotrienols (từ gạo) 20 mg
- Co-enzyme Q10 10 mg
- A-xít Alpha-Lipoic 10 mg

▪ Lutein (từ cúc vạn thọ)	6 mg
▪ Lycopene (từ cà chua)	6 mg

Thực phẩm thảo mộc cao cấp

▪ Spirulina (từ tảo)	750 mg
▪ Turmeric (từ rễ)	200 mg
▪ L-Taurine	200 mg
▪ Sâm củ Siberian	180 mg
▪ Bee Pollen	100 mg
▪ L-Carnitine	100 mg
▪ Royal Jelly	50 mg
▪ Astragalus (từ lá)	50 mg
▪ Ginger Root (củ gừng)	50 mg
▪ Gymnema Sylvestre	50 mg
▪ Pancreatin	50 mg
▪ Ox bile	50 mg
▪ Chiết xuất chè xanh	50 mg
▪ Chiết xuất sâm Siberian	50 mg
▪ Chiết xuất sâm Panax	40 mg
▪ Betaine Hydrochoride (HCL)	20 mg
▪ Ginkgo Biloba (bột lá cây bạch)	10 mg
▪ Lipase	10 mg
▪ Cellulase	10 mg
▪ Maltase	10 mg
▪ Protease	10 mg
▪ Amylase	10 mg

Tháng 7 năm 2002, bác sĩ Williams đưa thêm viên thứ tám vào gói mà giữ nguyên giá. Ông gọi là "EPA Advantage", có chứa một số dầu cá (không có thủy ngân) chiết xuất giàu Omega-3:

- EPA (Eicosapertaenoic Acid) 100 mg
- DHA (Docosahexaenoic Acid) 150 mg
- Other Omega-3 fatty acids 50 mg
- Gamma Linolenic Acid 50 mg

Bạn có thể lấy thêm thông tin tại trang web của ông hoặc gọi đến *Mountain Home Nutritionals* ở Lancaster, Pennsylvania, ở đó người ta đang phân phối *Ích Lợi Mỗi Ngày* của bác sĩ Williams.

Dưới đây Bill nói về sự lựa chọn *Ích Lợi Mỗi Ngày* của mình:

"Gần đây tôi có đọc cuốn sách tựa đề Hướng dẫn so sánh dinh dưỡng bổ sung *(Comparative Guide to Nutritional Supplements) của bác sĩ Lyle MacWilliam. Bác sĩ Lyle MacWilliam đã lấy 500 chất dinh dưỡng bổ sung trên thị trường Mỹ và Canada. Từ việc so sánh những thành phần trong mỗi chất, ông đã phát hiện ra một danh sách của* '100 thứ tốt nhất'*, rồi từ đó ông thu gọn tiếp đến* 'top 5'*. Với sự giúp đỡ của bảy nhà dinh dưỡng học, ông cũng đã phát triển một* 'tiêu chuẩn pha trộn'*. Ông mô tả tiêu chuẩn này là 'một chuẩn dinh dưỡng tạo ra trên cơ sở độc lập với ý kiến của bảy thế lực khoa học'. Tiêu chuẩn này được sử dụng như cơ sở để so sánh.*

Đây là cuốn sách hay, nếu bạn là sinh viên về dinh dưỡng thì nên đọc Ích Lợi Mỗi Ngày mô tả ở trên không *phải là một trong 500 sản phẩm nói đến trong sách này. Đương nhiên, tôi thấy tò mò. Tôi đã so sánh những thành phần trên với 'tiêu chuẩn pha trộn' trong sách. Tôi chắc bạn sẽ không ngạc nhiên khi tôi tìm ra nó còn* 'tốt hơn cả tốt nhất' *của* 'top 5'*.*

Tôi trả khoảng 55 đô-la hàng tháng *cho Ích Lợi Mỗi Ngày kể cả phí vận chuyển. Tôi thậm chí không thể hình dung sẽ tốn bao nhiêu*

tiền để mua những thành phần ấy ở cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh địa phương. Tôi cho rằng sức khỏe của mình khá lên nhiều nhờ sản phẩm này, một chế độ ăn hợp lý *và* thường xuyên tập luyện. *Tôi không hút thuốc lá. Tôi uống rất vừa phải (ít hơn một cốc vang hoặc tương đương mỗi ngày)."*

Sau chống ô-xy hóa là gì?

Chỉ cần mua *Ích Lợi Mỗi Ngày* hoặc bất cứ thứ gì mà bạn thấy tốt hơn và *dùng hàng ngày.* Tất cả thế thôi sao? Không hoàn toàn đúng.

Siêu khỏe (Ultra – Fit)

Bill nói: *"Bác sĩ có trách nhiệm trực tiếp nhất giúp tôi kiểm soát được sức khỏe của mình là* bác sĩ Joe Davis. *Tôi tình cờ gặp ông ở trung tâm 'sức khỏe' Ultra-Fit của ông ở San Antonio năm 1992. Tôi đã 60 tuổi và sức khỏe khá tệ.*

Bác sĩ Davis là một chuyên gia nội khoa. *Ông cũng là một* người bình thường *từng trải qua cuộc chiến đấu chống* béo phì *và* nghiện rượu *để trở thành người sáng lập các trung tâm Siêu khỏe đa năng và nâng tạ cạnh tranh trong nước.*

Cuốn Siêu khỏe *(Ultra-Fit) và các trung tâm sức khỏe là kết quả làm việc của ông với hầu hết* hàng ngàn bệnh nhân *đều béo phì và không khỏe mạnh trong khoảng* 15 năm qua. *Để tôi trích từ cuốn sách của bác sĩ Davis* Siêu khỏe *cùng với* ý kiến của tôi*":*

"Đây là niềm tin của cá nhân tôi, là một bác sĩ nội khoa, rằng ăn, *về nguyên tắc là* nguyên nhân giết người phổ biến nhất *ở Mỹ. Ăn* quá nhiều mỡ *sinh ra vô số* vấn đề *nghiêm trọng, choáng váng và phiền toái. Xã hội tốn kém* hàng tỉ *đô-la mỗi năm để ngăn chặn các bệnh liên quan đến mỡ.*

Tôi không kịch tính hóa những bệnh tật liên quan đến mỡ. Đúng thế, những nhân tố khác *xuất hiện trong phương trình cân bằng sẽ khởi đầu cho* bất cứ *loại bệnh nào.*

Tuy nhiên, vì bạn mang vác thừa mỡ *trên cơ thể bạn sẽ làm tăng* cơ hội phát triển *một trong các bệnh trong cuộc đời mình.* Càng lâu *mang dư thừa mỡ, cơ hội bị bệnh* càng lớn.

Con người có cỗ máy di truyền tiến hóa *để bảo tồn và* tích trữ ca-lo dạng mỡ *trong những chu kỳ không liên tục khi thiếu thức ăn. Chỉ từ thế kỷ XX, chúng ta phát triển công nghệ sản xuất, tàng trữ và phân phối thực phẩm, cho nên chúng ta* không còn phải chịu đựng tình trạng thiếu thức ăn nữa – *hoặc chí ít là trong những khu vực giàu có của thế giới.*

Nghĩ mà xem. Trong hàng triệu năm, con người không ngừng kiếm thức ăn, *chịu đựng đói kém. Thình lình, trong* 50 năm *vừa qua, nước Mỹ khốn khổ vì* dư thừa *sản xuất thức ăn.*

Phải làm sao không bị béo *ở Mỹ".*

Đi đâu từ đây?

Gốc tự do là nguy hại. Mỡ xấu có thể sinh ra *nhiều hơn* gốc tự do. Vậy ta phải làm gì đây? Bác sĩ Davis đề nghị *thay đổi lối sống* – chế độ ăn, tập luyện và thậm chí các hình ảnh tâm lý. Ông đưa ra hàng trăm dẫn chứng về các bệnh nhân của ông đã áp dụng những ý tưởng này thế nào.

Liệu có tốt cho bạn không? Chắc chắn. Hai cuốn sách đầu tiên bạn cần xem là: *Chấm dứt lão hóa bằng chế độ ăn* (Stop Your Aging With Diet) và *Chấm dứt lão hóa bằng tập luyện"* (Stop Your Aging With Exercise). Chúng tôi sẽ dẫn ra chi tiết chúng tôi đã áp dụng các ý tưởng của bác sĩ Davis và các bác sĩ, chuyên gia trị liệu khác như thế nào.

Bây giờ, chúng tôi sẽ quay sang mối quan tâm trước mắt nhất của bạn – "Tôi phải sử dụng hiểu biết này như thế nào để *cứu chữa* ung thư cho tôi (hoặc người thân)?" Xin hãy đọc tiếp.

CHƯƠNG 4

ĐIỀU TRỊ UNG THƯ

"Nhà hóa học được đào tạo để giải thích dữ liệu, tôi thật khó hiểu vì các bác sĩ có thể bỏ qua bằng chứng rõ ràng rằng hóa trị gây hại nhiều hơn so với làm lợi."

TIẾN SĨ ALLAN C. NIXON, CỰU CHỦ TỊCH HỘI HÓA HỌC MỸ

Thông tin cơ bản

Bệnh nhân ung thư thường phải *chịu đựng* những cách điều trị mà mỗi phần của nó ngày càng *thê thảm* giống như phương pháp điều trị "đổ máu" mà các bác sĩ thế kỷ XV từng sử dụng. Tại sao? Câu trả lời nằm trong *"chính trị" ung thư* và lòng tin mù quáng sai lầm rằng các bác sĩ sẽ đối xử với bạn như thể bạn là người trong gia đình.

Nếu bạn hay người thân được đề nghị bất cứ kiểu hóa trị hoặc xạ trị nào, bạn *PHẢI* tự mình đọc và hình thành quan niệm của mình. Bill đã chứng kiến cơ thể người vợ quá cố của ông

bị *hành hạ và phá hủy* từ từ bởi "cốc-tai hóa chất" suốt *bốn năm trường,* quá trình này hủy diệt mọi chất lượng của cuộc sống. Nó biến cô ấy thành một *phế nhân khẳng khiu, đau đớn,* mà thậm chí chẳng kéo dài được cuộc sống của cô ấy lấy *một ngày.*

Nào, ta hãy xem cận cảnh những phép điều trị ung thư *"chính thống"* – phẫu thuật, hóa trị và xạ trị, còn được gọi là những liệu pháp *"mổ kết hợp hóa trị và xạ trị".*

Phẫu thuật

Nếu bị một trong những loại ung thư phổ biến nhất – vú, tiền liệt tuyến, đường ruột, phổi… bạn thường thấy một *khối u "cứng".* Đây là một đặc trưng của khoảng *90% ung thư* được báo cáo hàng năm. Vào một thời điểm nào đó, bác sĩ ung thư hoặc bác sĩ phẫu thuật sẽ đề nghị *lấy nó đi.* Có khi phải mổ vài lần.

Thường *phẫu thuật vứt bỏ* khối u *sinh ra di căn* mà lẽ ra đã không bị. Bạn bị yếu hơn khi phẫu thuật cho dù bạn phục hồi hoàn toàn sau phẫu thuật.

Nhà phẫu thuật sẽ nói như đã từng nói với Marge và Bill *"chúng tôi đã lấy hết".* Thật đáng tiếc, nhà phẫu thuật *luôn sai lầm.*

Như chúng tôi đã nói ở trên, một u ung thư cỡ cục tẩy đầu bút chì chứa một *tỉ* tế bào ung thư. Nếu chỉ một số ít láu lỉnh trong số đó thoát khỏi dao mổ của bác sĩ, *như chúng thường vậy,* thì ung thư của bạn có nhiều khả năng tái diễn và phát tán (gieo rắc mầm), trừ phi bạn thận trọng gây dựng lại hệ miễn dịch của bạn.

Theo các nhà thống kê, nếu khối u ác được phát hiện *"sớm"*, thì khả năng tái phát là 50%. Với những gì ta biết được về thống kê ung thư, chúng tôi hi vọng đó là kết quả *tối ưu.* Bạn có *50/50 khả năng* là bạn chỉ yếu đi *sau khi lấy khối u.* Thêm vào đó, bạn có

vài khả năng là bạn sẽ *tệ hơn nhiều* do di căn gần như chắc chắn sẽ xảy ra.

Di căn là phát tán ung thư theo *những giọt máu nhỏ nhiễm ung thư* rơi xuống mô không ung thư trong quá trình phẫu thuật. Mặc dù rửa bằng hydro peroxyt trước khi đóng vết mổ có thể giảm nhẹ phát tán ung thư khi mổ, nhưng hydro peroxyt *không bao giờ được dùng để rửa* khi phẫu thuật trong thời gian thực hành gây mê của bác sĩ Garcia.

Tuy nhiên, phẫu thuật cắt bỏ một khối u có thể là việc bạn sẽ phải cân nhắc. Ví dụ trong ung thư ruột kết, khối u khó có thể bị loại bỏ hoàn toàn. Các khối u não thường gây ra cơn *tai biến* và các vấn đề khác *đe dọa tính mạng*. Tuy nhiên, ở hầu hết các bệnh ung thư phổ biến, không có *bằng chứng* cho thấy phẫu thuật kéo dài tuổi thọ của bạn.

Hãy nghĩ về điều này. Bạn có nghĩ đến một nghiên cứu từng được thực hiện để so sánh những *hiệu ứng kéo dài cuộc sống* của phẫu thuật với *"không phẫu thuật"*? Phẫu thuật luôn dựa trên giả định rằng nó sẽ cứu giúp. Quá nhiều cho y học "dựa vào-bằng chứng"!

Chúng ta sẽ được thấy ngay thôi, có ít nhất 400 cách điều trị bằng các chất tự nhiên mà tất cả đều có *bằng chứng* về thành công trong điều trị một số bệnh nhân ung thư *giai đoạn cuối*. *Hãy tìm hiểu* một số trong đó trước khi bạn quay sang bác sĩ phẫu thuật, bác sĩ ung thư và bác sĩ xạ trị. Thời gian cho việc này hầu như luôn có sẵn – cho dù bác sĩ ung thư của bạn sẽ cố "thúc vào mông" bạn.

Mỗi cách điều trị đó có *những kết quả tích cực trong vài tuần*, kết quả đó có thể thấy được bằng các phương tiện quen thuộc – MRI, quét CT, quét PET và xét nghiệm máu. Tùy theo giai đoạn ung thư, bạn có thể dùng thử trước, trong, sau hoặc *thay cho* cách điều trị "chính thống". Nếu bác sĩ ung thư không thảo luận vấn đề này rõ ràng với bạn, hãy tìm bác sĩ khác.

Một quan niệm sai lầm sau cùng về báo cáo bệnh lý: Nhiều bệnh nhân khi nhận được một báo cáo bệnh lý là "âm tính" (không có ung thư), thì nghĩ rằng các mẫu vật mô phẫu thuật cắt ra đã được *phân tích hoàn toàn triệt để dưới kính hiển vi.* Không gì có thể thật hơn sự thật. Thực tế là mẫu được *kiểm tra trực quan đầu tiên.* Bất kỳ khu vực nào xuất hiện bất thường sẽ phải xem xét lại kỹ lưỡng. Tuy nhiên, ung thư phát tán chỉ *với một vài tế bào.* Bề ngoài, chúng hiện ra trước mắt thường như "những tế bào bình thường". Như vậy, chúng có thể không được xem xét kỹ dưới kính hiển vi. Các nhà nghiên cứu bệnh học đã cố gắng hết sức mình. Tuy nhiên, bác sĩ Garcia nói với tất cả các bệnh nhân của mình rằng nếu họ có một khối u, rất có thể *nó đã lây lan* vào thời điểm phát hiện. Nên nhớ y học không phải là một khoa học, nó là một nghệ thuật và bạn là phương tiện truyền thông [của nghệ thuật đó].

Hóa trị

Trong khuôn khổ cuốn sách này, chúng tôi quy hóa trị [trong trường hợp này] là *hủy hoại* sự phân chia tế bào bằng các *thuốc cản trở phân bào* (cytotoxic drug), nó *KHÔNG chỉ* nhắm tới tế bào ung thư. Đó chính là hóa trị.

Có rất nhiều loại thuốc khác nữa được sử dụng trong điều trị ung thư nhằm chống lại: các phản ứng của chất độc; biến đổi cân bằng hoóc-môn; thay đổi các phản ứng; hoặc nâng cao hệ miễn dịch. Để giản lược, chúng ta sẽ không bàn về những thứ này.

Hóa trị sử dụng rất nhiều *thuốc độc* làm hư hại tế bào khi chúng phân chia. Hãy nhớ con số *75 nghìn tỉ*? Đó là số lượng tế bào trung bình trong cơ thể mỗi người. *Mỗi ngày có khoảng 300 tỉ* trong số đó tự thay đổi bằng phân đôi. Các tế bào ung thư được phân chia tạo thành các tế bào ung thư ác tính mới. *Nhiều tỉ* tế bào khỏe mạnh cũng *phân chia mỗi ngày* và tự thay thế.

"Cốc-tai" hóa chất *không thể phân biệt* tế bào ung thư và tế bào khỏe mạnh. Các bác sĩ ung thư *dội bom* tất cả các tế bào với cùng loại napan[1]. Có gì ngạc nhiên khi hầu hết bệnh nhân điều trị hóa trị bị *rụng tóc*? Đoán xem số *tế bào phân chia nhanh nhất* ở đâu trong cơ thể bạn? Bạn đoán được rồi đấy. Chúng ở trong tóc bạn. *Không phải tế bào ung thư*, đó là tế bào khỏe mạnh tự thay thế, nhưng hóa trị tác động lên tế bào phát triển nhanh. Có rất nhiều tế bào phát triển nhanh trong ruột, các cơ quan quan trọng và trong xương tủy của bạn. *Chúng bị thổi sạch!* Đó là lý do tại sao bệnh nhân chạy hóa trị cảm thấy như *địa ngục* và rất *muốn chết cho rồi!*

Khi bất cứ ai bị mất các tế bào lót ruột, họ bị chứng *kém hấp thu*. Với việc bị kém hấp thu thì dù có dinh dưỡng tuyệt vời, bệnh nhân cũng không thể hấp thụ được dinh dưỡng. 40% bệnh nhân ung thư chết vì suy dinh dưỡng ở Mỹ.

Hóa trị có làm cho bạn thấy giống như *phép điều trị mọi rợ* không? Liệu bạn có định tìm kiếm cách gì hoàn toàn ngoài cách này để "chữa trị" cho bệnh nhân của bạn nếu bạn là bác sĩ ung thư? Phần lớn họ đều hiểu nhưng phải *theo hệ thống*. *Tiền thuốc* (rất nhiều tiền đổ vào hóa trị) dẫn dắt hệ thống. Phần đông những người làm *nghiên cứu thay thế*, ít nhất là ở Mỹ, *không làm bác sĩ ung thư*. Ngành công nghiệp dược tài trợ hầu như toàn bộ các nghiên cứu mà các bác sĩ ung thư và những người trong các trung tâm nghiên cứu thực hiện.

Có *một số u ác tính* có *phản ứng tốt* với phép điều trị hóa trị. Tháng 10 năm 1971, bác sĩ Gordon Zubrob lãnh đạo Viện Ung thư Quốc gia đã đưa ra một danh mục về chúng, nhưng *hiếm gặp ở người trưởng thành*. Và quan trọng nhất là danh mục đó *không thay đổi* kể từ năm 1971. Đó là:

---

[1] Tên gọi của các loại chất lỏng dễ bắt cháy được sử dụng trong chiến tranh, thường là xăng được làm đông đặc.

Ung thư bạch cầu, ung thư dạ con, máu trắng, u lympho Hodgkin, Sacom lympho, ung thư phôi tinh hoàn, u bướu Wilm, u bướu Ewing, u cơ vân, u nguyên bào võng mạc.

Tất cả chỉ có thể. Trong 40 năm kể từ khi danh sách này được công bố không có *chứng cứ vững chắc nào* về hóa trị đối với các loại ung thư khác phổ biến hơn mà có kết quả *tăng thời gian sống sót đáng kể.* Có rất nhiều bằng chứng cho thấy các hóa trị liệu là *chất gây ung thư* [carcinogienic] (gây ra ung thư khác). Bạn có biết hóa trị chỉ hiệu quả cho chưa đầy 2% bệnh nhân ung thư vú?

Có thể bạn biết ai đó từng bị ung thư và được "ân xá" sau khi điều trị bằng các thuốc hóa trị. Họ là những người may mắn. Nhưng, hãy *cân nhắc* đến giải pháp nhẹ nhàng hơn trước khi bạn chấp nhận "một liều nào đó" hóa trị.

Nên nhớ, thời gian thường *không phải là điều tiên quyết* trong chữa trị ung thư. Phải mất vài năm phát triển mới đến thời điểm ung thư được phát hiện. Bạn chắc chắn có *ít nhất vài tháng* để chữa trị nó.

Tiếp cận hóa trị với một thái độ hoài nghi giống như nhiều người làm khi tiếp cận phương pháp thay thế tự nhiên nhẹ nhàng. Nhiều khi bạn không cần phải đem chính bạn hay người nhà bạn ra chịu *kiểu "điều trị" trung cổ* này.

Hãy xem, kể từ khi bắt đầu "Cuộc chiến ung thư" năm 1971, khoảng 2 *nghìn tỉ đô-la* đã được tiêu cho nghiên cứu và điều trị ung thư chính thống. Hơn nữa, mặc dù chính phủ và khu vực tư nhân cố gắng đưa những số liệu tích cực cho tỉ lệ sống sót của bệnh nhân ung thư, nhưng *thực tế không phải vậy.* Số liệu thống kê gần đây chỉ ra người Mỹ tử vong vì ung thư phổ biến hơn trước đây. Ví dụ, tạp chí *New England Journal of Medicine* số ra ngày 10 tháng 1 năm 2002 công bố trong 20 năm thử nghiệm

lâm sàng sử dụng hóa trị trên ung thư phổi cấp đã hé lộ tiến bộ kéo dài thời gian sống sót là 2 *tháng*.

Theo một bài viết trong số ra tháng 1 năm 2003 của *Life Extension, "những cơ sở chúng tôi đã tính đến (Viện Ung thư Quốc gia; Hội Ung thư Mỹ, các công ty dược…) để tìm ra một trường hợp chữa khỏi mà không được. Đây không phải là viện có, mà là sự thừa nhận của chính Viện Ung thư Quốc gia".*

Kiến thức là sức mạnh. Nếu bác sĩ của bạn không muốn cộng tác với bạn thử những phương pháp điều trị mới chúng ta sẽ bàn dưới đây, thì bạn phải *kiếm bác sĩ khác.* (Xem danh mục nguồn thông tin để tìm kiếm ở Chương 1).

Xạ trị

Phương pháp thứ ba đã được "phê duyệt" trong điều trị ung thư là *xạ trị*. Nếu bị ung thư, *bạn sẽ đối mặt* với điều này. Xạ trị có hiệu quả *giảm kích thước* khối u đối với một số u ung thư. Nhưng phần lớn tác dụng phụ rất rõ rệt và rất tác hại. Thêm một lần nữa, xạ trị *không phân biệt* được *tế bào ung thư* và *tế bào bình thường*. Xạ trị, dù kỹ thuật hoàn thiện, là tương đương với việc đốt cháy ung thư của bạn thành tro bụi.

Ung thư là một tình trạng "cơ thể". Toàn bộ cơ thể bạn đều bị liên lụy. *Giảm kích cỡ khối u* không đồng nghĩa với *chữa được ung thư*. Sao ta phải mạo hiểm với các tác dụng phụ (kể cả u ung thư khác) của xạ trị trong khi đang sẵn có những phương pháp xử lý với toàn bộ chuyển hóa tế bào trong cơ thể mà không phải mạo hiểm với tác dụng phụ?

Nếu bạn cân nhắc chọn hóa trị hoặc xạ trị, bạn nhất thiết phải tìm đọc cuốn *Kháng ô-xy hóa chống ung thư* (Antioxidants Against Cancer) của tiến sĩ Ralph W. Moss, xuất bản năm 2000 có bán trên amazon.com, Barnes & Noble, v.v...

Tiến sĩ Moss sẽ rất quen thuộc đối với bạn nếu bạn đã từng đọc các sách của ông. Ông có *mười hai cuốn* viết về lĩnh vực điều trị ung thư. Cuốn sách trên đã cho ta cái nhìn rất cận cảnh về *tầm quan trọng của những chất kháng ô-xy hóa.* Chúng là nhân tố sống còn cho cả quá trình chống chọi với ung thư, những bệnh khác và để *chịu đựng* tốt hơn với *hóa trị và xạ trị.*

Quan trọng hơn cả, ông chỉ ra rằng các bệnh nhân ung thư đã qua hóa trị hoặc xạ trị sẽ *không bao giờ phục hồi* được mức chống ô-xy hóa trong cơ thể nếu không có các thực phẩm bổ sung thích hợp. Những chất chống ô-xy hóa đó là *sống còn cho sự sống*. Ông bàn sâu về từng chất bổ sung và các loại hóa trị và xạ trị tác dụng ra sao.

Liệu pháp tiềm lực Insulin *(Insulin Potentiation Therapy – IPT)*

Hiện có rất nhiều lựa chọn cho bạn. Nếu bạn vẫn còn đang cân nhắc liệu pháp hóa trị hoặc xạ trị chính thống bất cứ dạng nào, thì đây là một số chi tiết về một lựa chọn. Chắc chắn bạn sẽ không được nghe về điều này từ bác sĩ ung thư của bạn. Đây là cái bạn cần phải xem xét bởi vì hiệu quả hơn so với hóa trị liều cao thông thường và *ít tác dụng phụ hơn nhiều*. Đó là Liệu pháp tiềm lực Insulin (IPT).

Đó là gì?

Trong Liệu pháp tiềm lực Insulin, một lượng nhỏ insulin được truyền cho bệnh nhân tạo nên tình trạng giảm *đường huyết* (hypoglycemia). Khi bệnh nhân bắt đầu có các triệu chứng như cảm thấy hoa mắt và thỉu đi (triệu chứng giảm đường huyết) [xảy ra trong khoảng 30 phút] thì cho truyền tĩnh mạch những liều hóa trị thấp. Insulin *đánh lừa các tế bào ung thư* làm chúng nghĩ rằng thức ăn đang đến. Các thụ thể của chúng mở ra. Tại

thời điểm này cần liều hóa trị rất nhỏ để tiêu diệt các tế bào ung thư. Nói cách khác, phương pháp này *hiệu quả hơn nhiều* so với hóa trị liều cao. Một nghiên cứu sử dụng methotrexate (một hóa trị liệu thông thường) cho thấy ITP hiệu quả hơn hóa trị liều cao gấp 10.000 lần. Dù vậy cần nhớ rằng hóa trị liệu chỉ tác dụng với dưới 3% các ung thư. Ngoài ra, hóa trị liệu sử dụng trong IPT vẫn sẽ tấn công các tế bào khỏe mạnh. Vì ít chất độc được sử dụng, nên có ít hơn tế bào khỏe mạnh bị tiêu diệt.

Lợi thế lớn khác là bệnh nhân vẫn giữ được nhiều hơn năng lượng để áp dụng phương pháp chữa bệnh khác. Đây là một trích dẫn từ một trong các trang web IPT:

"Điều trị hóa trị chính thống có thể rất mệt mỏi mà bệnh nhân tỏ ra thờ ơ, thậm chí không xem xét tới các biện pháp chống ung thư khác, chẳng hạn như thay đổi chế độ ăn uống, tập thể dục và thiền."

IPT so với hóa trị liều cao

Lợi thế chính của IPT là giảm tác dụng phụ. Tác dụng phụ phổ biến nhất của IPT là mệt mỏi trong những ngày điều trị. Hiếm khi bị buồn nôn.

Như hầu hết chúng ta thấy ở người thân và bạn bè bị ung thư, tác dụng phụ của hóa trị liều cao có thể bao gồm ngăn cản hệ thống miễn dịch, rụng tóc, thần kinh, tim, thận, tổn thương gan và tất nhiên – chết. Dưới đây là một số sự thật về hóa trị liều cao chính thống mà bạn sẽ không bao giờ nghe được từ bác sĩ ung thư:

- Tiêu diệt gen ức chế khối u P53.
- Làm biến dạng ADN của tế bào khỏe mạnh, biến chúng thành tế bào tiền ung thư và mở đường cho tái phát trong tương lai.

- Đó là so sánh mạo hiểm như đi trên dây giữa việc hóa trị sẽ tiêu diệt ung thư bao nhiêu trước khi nó giết chết bệnh nhân.
- Các ung thư phát triển sự miễn dịch đối với thuốc hóa trị. Đây là lý do tại sao chuyên gia ung thư chính thống phải chuyển từ thuốc này đến thuốc khác cho đến khi họ buộc phải thừa nhận rằng "chúng tôi đã thử mọi thứ có sẵn và không đem lại hiệu quả gì."
- Nếu ung thư tái phát, thường là như vậy trong 6-12 năm sau chẩn đoán ban đầu. Tái phát sau khi dùng liều cao hóa trị là một ung thư mạnh hơn xảy ra khi cơ thể yếu. Vào thời điểm đó, ung thư sẽ tạo dựng sự miễn dịch đối với hầu hết các thuốc hóa trị chính thống.

Nhưng IPT tác dụng không?

Những kết quả được xác nhận bởi nhiều độc giả của chúng tôi là *thành công đáng kể*. Chi phí ít và giảm tác dụng phụ đã *chữa lành cho họ với ít khó chịu nhất*. Hiển nhiên là không có gì lại tác dụng cho tất cả mọi người và IPT cũng không là ngoại lệ.

Tại sao bác sĩ của bạn không biết về phương pháp hiệu quả, không đắt, ít tổn hại này? FDA không phê duyệt thủ pháp này trừ *"quy trình thí nghiệm"*. Vì thế, chỉ một số chứ không phải tất cả các công ty bảo hiểm thanh toán cho điều trị theo thủ pháp này. Còn chăm sóc y tế (Medicare) không thanh toán.

Viện Ung thư Quốc gia (National Cancer Institute) có một nhà nghiên cứu được phân công chuyên nghiên cứu vấn đề này và làm các thử nghiệm lâm sàng từ tháng 9 năm 2000, nhưng ông *vẫn chưa được cấp kinh phí*. Đừng nín thở chờ cho đến khi ông ấy có tiền. Bạn không phải chờ bộ máy quan liêu chạy lòng

vòng phê duyệt thủ pháp này. IPT đã được sử dụng rất thành công trong chống ung thư *hơn 80 năm qua* và *đó là hợp pháp.*

Các bác sĩ Garcia – Những người tiên phong thực sự

Bác sĩ Donato Perez Garcia đã phát hiện ra IPT và bắt đầu sử dụng từ năm 1930. Dưới đây là một vài con số *thống kê thú vị.* Tại khóa học về IPT ở Las Vegas, Nevada tháng 2 năm 2001, bác sĩ Donato Perez Garcia (đừng lẫn lộn với bác sĩ Carlos Garcia đồng tác giả của sách này) đã chiếu một trang về "tình trạng ốm yếu" (kết quả tồi) mà gia đình ông (gồm ba thế hệ bác sĩ) đã thực thi với IPT.

Bác sĩ Donato Perez Garcia, Sr. (Người phát minh IPT) (1896 – 1971)

SỐ NĂM LÀM IPT 1930 – 1971: 41 năm; tình trạng ốm yếu 0%.

Bác sĩ Donato Perez Garcia Bellon (1930 – 2000)

Số năm làm IPT 1956 – 2000: 44 năm; tình trạng ốm yếu 0%.

Bác sĩ Donato Perez Garcia, Jr. (còn sống)

Số năm làm IPT 1983 – 2000: 17 năm; tình trạng ốm yếu 0%.

Gia đình ba bác sĩ sáng lập nên IPT có hơn 100 năm kinh nghiệm (có một vài trùng lặp trong sự nghiệp của họ) chưa từng có một kết quả xấu nào *do IPT.*

Tại sao bác sĩ ung thư của bạn lại không biết về thủ pháp này nếu như nó đã tồn tại 80 năm? Đó không phải vì nó không chứng minh được bằng tài liệu cho "hệ thống" ung thư. Thực tế, các bác sĩ IPT đã nhiều lần *chỉ dẫn tường tận cho Viện Sức khỏe Quốc gia.* Có rất nhiều nghiên cứu được công bố trên các tạp chí chuyên ngành.

Một nguyên nhân rõ ràng khiến thủ pháp này không trở nên nổi tiếng là vì khả năng *mất tiền* của ngành công nghiệp ung thư. Dự tính mỗi bệnh nhân ung thư tạo ra từ *800.000 đô-la* đến *1.200.000 đô-la* cho ngành công nghiệp này vào thời điểm họ được chữa trị giai đoạn cuối. Một phương pháp điều trị đơn giản, hiệu quả và ấn tượng như thế, sử dụng thuốc hóa trị ít hơn rất nhiều sẽ *cắt giảm* nghiêm trọng *lợi nhuận của ngành công nghiệp này.* Bạn không cần phải là nạn nhân của thói tham lam xấu xa ấy.

Hãy truy cập http://iptforcancer.com và www.iptq.com để biết thêm về các bác sĩ sử dụng liệu pháp IPT và các thông tin khác về IPT.

Chi phí

Nhiều độc giả của chúng tôi đã sử dụng phương pháp điều trị này trên khắp các vùng miền trong đất nước khẳng định giá khoảng *13.000 đô-la* cho ba tuần đầu điều trị (phòng khám của bác sĩ Garcia ở Tijuana rẻ hơn). Đây là điều trị ngoại trú, nhưng bệnh nhân phải ở gần phòng khám. Trong khi thực hiện IPT thường chỉ hai lần một tuần thì các phương pháp khác như truyền tĩnh mạch vitamin C, nâng cao hệ miễn dịch, liệu pháp ô-xy, gây sốt… được tiến hành hàng ngày.

Chúng tôi dùng IPT

Trước khi tìm kiếm bác sĩ IPT, bạn nên biết, IPT chỉ là một trong những phương pháp điều trị ung thư tập trung *tiêu diệt tế bào ung thư.* Chắc chắn nó nhân đạo hơn và hiệu quả hơn hóa trị "liều cao". Nhưng nên nhớ, chỉ tiêu diệt tế bào ung thư thôi thì *không phải là cách phục hồi khỏi ung thư*. Bạn phục hồi bằng cách thiết lập lại sự cân bằng cơ thể

của bạn. Một khi cơ thể có sự cân bằng chống-ung thư được phục hồi, cơ thể sẽ lo vấn đề tế bào ung thư, *đúng như cơ thể luôn luôn có* trước khi bạn được chẩn đoán bị ung thư.

Tại sao phải tiêu tốn tiền và thời gian điều trị chỉ để tiêu diệt tế bào ung thư? Tại sao không tập trung nỗ lực của bạn vào *phục hồi cân bằng cơ thể bạn.* Chúng tôi khuyến cáo chế độ tự-điều trị ở Chương 5 mất khoảng sáu tuần để làm việc đó và *giá khoảng 200 đô-la.* Vậy liệu có ý nghĩa hơn không để thử làm việc đó trước khi tìm kiếm phương pháp điều trị chỉ là tiêu diệt tế bào ung thư và chi phí đắt hơn nhiều? Hãy nghĩ xem.

Chọn lựa phương pháp điều trị – Một số hướng dẫn chung

- *Hiếm khi* điều trị ung thư là một quyết định *"khẩn cấp"*. Bạn có thời gian.
- Luôn luôn tập trung vào việc phục hồi *"môi trường"* tế bào ung thư sống trong đó chứ không phải vào tiêu diệt tế bào ung thư.
- Trước khi tiêu nhiều *tiền bạc và thời gian* cho bác sĩ ung thư, phòng khám và các thủ pháp, bạn hãy thử chế độ ăn và chất bổ sung nêu ở Chương 5 trong cuốn sách này.
- Đừng chấp nhận con số thống kê *"tỉ lệ đáp ứng"*. Hầu hết các bác sĩ ung thư coi như có một điểm cộng (+) nếu khối u "đáp ứng" một phương pháp điều trị đặc thù. Cái đó *không thích hợp* với bạn. *Tỉ lệ sống 5-năm* cũng chẳng ý nghĩa gì cả. Vấn đề là *chất lượng sống* trong và sau chữa trị ung thư cho đến lúc bạn sống một cuộc sống bình thường và chết vì điều gì đó khác.
- Nếu bạn không đủ sức mạnh để nói lên thì hãy *nhờ "luật sư"* làm hộ và nói cho bạn.

- Tránh các phòng khám và bác sĩ *"chủ đạo"* – bác sĩ Anderson, phòng khám Mayo, trung tâm Ung thư Sloan-Kettering... Bạn sẽ nhận được những phương pháp điều trị chẳng hề có những lựa chọn mà bạn sẽ thấy sau đây. Hãy ghi nhớ danh mục các "biện pháp cứu chữa chưa được phê duyệt" của Hội Ung thư Mỹ. Không bác sĩ và bệnh viện nào trong xu hướng chủ đạo nổi bật đi lạc khỏi những phương pháp điều trị chính thống – phẫu thuật, hóa trị và xạ trị.
- Đừng ngần ngại khi bảo hiểm y tế hoặc chăm sóc y tế của bạn *không thanh toán* cho điều trị bạn đang xem xét. Ở đây bạn đang vật lộn với *cuộc sống của bạn.* Không có gì quan trọng hơn là tự chữa trị cho mình.

Kiểm tra tiến triển của bạn

Khi chọn một phương pháp điều trị, hi vọng bạn sẽ muốn biết chế độ chúng tôi vạch ra trong Chương 5 có tác dụng không. May mắn thay, có một cách hiệu quả và ít tốn kém để làm điều đó. Nó được mô tả chi tiết trong Chương 5.

"Tiêu chuẩn" xét nghiệm máu

Bạn làm các xét nghiệm máu trong suốt cuộc đời. Nhưng bạn có nhận thấy chúng có *đầy đủ lượng thông tin khổng lồ* cho bạn để phòng ngừa bệnh tật không?

Bạn có nhận ra bác sĩ hầu như không cho bạn thông tin nào về điều đó không? – Chắc là do các vị ấy cũng không biết.

Bạn có thể tự lấy các xét nghiệm máu cho bạn. Và bạn có thể học cách giải thích chúng tốt hơn so với bác sĩ. Đơn của bác sĩ không đòi hỏi làm xét nghiệm máu ở một số phòng thí nghiệm mà bạn có thể tìm thấy trên internet. Dưới đây là một vài ví dụ:

Http://www.directlabs.com

Http://www.econolabs.com

Bạn có thể làm xét nghiệm máu đầy đủ hiển thị tất cả 33 yếu tố hóa học của máy [công thức máu]. Phần lớn các xét nghiệm máu theo yêu cầu của bác sĩ là *khá giới hạn*. Tổ chức Chăm sóc Sức khỏe HMO *(Health Maintenance Organization)* rất kén chọn cái họ phải trả tiền. Thế nên, trừ một số chẩn đoán đòi hỏi phải làm, còn thì rất nhiều yếu tố thử máu bị bỏ qua do vấn đề chi phí.

Hãy yêu cầu những người ở phòng xét nghiệm, nơi làm xét nghiệm giải thích hoàn chỉnh về kết quả xét nghiệm máu của bạn. Cái bạn cần tìm kiếm là *các chỉ số "cận lâm sàng"*. Giới hạn "bình thường" của hầu hết các kết quả thử máu chỉ được nêu ra nếu bạn có vấn đề "lâm sàng" nghiêm trọng.

Một số điều quan trọng cần ghi nhớ:

1. Tự chịu trách nhiệm việc chăm sóc sức khỏe của mình, tìm hiểu các thông số về xét nghiệm máu của bản thân.
2. Những xét nghiệm bình thường không cho bạn manh mối về các vấn đề cận lâm sàng để có thể đối phó trước khi thành bệnh. Dù họ có tiến hành xét nghiệm nhưng các bác sĩ không chắc đã biết cách điều trị như thế nào – trừ điều trị triệu chứng với một số đơn thuốc.
3. Xét nghiệm máu "bình thường" mà bác sĩ yêu cầu là rất hạn chế. Hầu hết toàn thể bác sĩ phải làm việc dưới "con mắt cú vọ" của HMO. Xét nghiệm máu càng hoàn chỉnh thì càng đắt. Bạn hãy tự rút ra kết luận cho mình.
4. Hầu hết "các phản ứng" suy thoái (như ung thư, tiểu đường, thấp khớp…) cho biết manh mối trong công thức máu từ lâu trước khi bác sĩ chẩn đoán ra bệnh. Trong nhiều trường hợp, có thể ngăn chặn được bệnh bằng cách thay đổi chế độ ăn và chất bổ sung.

Phân tích tế bào máu

Xét nghiệm này cũng có thể gọi là nghiên cứu *"thấu kính tương phản"*. Đơn giản là lấy mẫu một giọt máu và đặt lên một kính hiển vi mạnh. Trên màn hình sẽ *nhìn thấy* sự hình thành và hoạt động của các tế bào – đỏ, trắng và tiểu cầu – trôi nổi vòng quanh "sống động và có màu".

Bạn và bác sĩ hay bác sĩ dinh dưỡng có thể thấy chúng hoạt động có hợp thức hay không hay liệu chúng bị thiếu hụt hoặc dị dạng và *nguyên nhân là gì*. Bạn cũng sẽ có thể thấy được nếu bạn bị thiếu enzyme, xung huyết gan, xung huyết thận, hình thành nấm và *nhiều, nhiều nữa*.

Đây là xét nghiệm mà bạn có thể *xem cho chính mình* chứ không chỉ lấy kết quả từ phòng xét nghiệm. Bác sĩ hoặc bác sĩ dinh dưỡng sẽ gợi ý thực phẩm bổ sung, vitamin, thảo dược hoặc khoáng chất đặc trưng cho tình trạng mà xét nghiệm chỉ ra. Xét nghiệm này không có gì là thần bí. Rất lô-gíc thôi. Chi phí chỉ *khoảng 40 đô-la*. Các xét nghiệm tiếp theo có thể ghi trên cùng một đĩa để bạn có thể so sánh chúng dễ dàng.

Chi phí cho xét nghiệm và điều trị đã gồm trong *chất bổ sung*. Nhưng thay vì cách tiếp cận sử dụng "lúc có lúc không" vitamin, thảo dược, enzyme và các chất bổ sung khác, bạn sẽ dùng *những thứ bạn thực sự cần* cho tình trạng của mình.

Bất cứ bác sĩ, bác sĩ tự nhiên liệu pháp hay bác sĩ dinh dưỡng nếu có phương tiện cũng đều có thể làm xét nghiệm này. Hãy hỏi trước khi lựa chọn bác sĩ và phòng khám.

Tuyến giáp T3, T4 và TSH

Bảo hiểm và Chăm sóc y tế sẽ thanh toán cho các xét nghiệm này. *Tuyến giáp cường hoặc suy* là một trong những nhân tố góp phần gây nhiều căn bệnh chính yếu như tim mạch, ung thư, ký

sinh, cục máu đông và nhiều bệnh khác nữa. Đây là xét nghiệm máu đơn giản. Có các phương pháp vi lượng và liệu pháp tự nhiên cho tuyến giáp hoạt động kém hoặc quá cường.

Nhiều người Mỹ bị thiếu i-ốt. Hầu hết nghĩ rằng bằng cách sử dụng muối i-ốt họ sẽ nhận được liều cần thiết. Không đúng. I-ốt không chỉ cần thiết cho tuyến giáp. Mỗi tế bào trong cơ thể của chúng ta cần i-ốt. I-ốt kích thích thế hệ tế bào gốc.

Xét nghiệm theo dõi khoáng chất

Xét nghiệm này tốn khoảng 150 đô-la và bảo hiểm y tế hay chăm sóc y tế *có thể chi trả*. Mẫu máu gửi đến phòng thí nghiệm ở Norcross, Georgia hoặc nơi nào khác. Mất độ một tuần thì có kết quả. Điều *tối quan trọng* của xét nghiệm này là nó đọc và kê ra từng chất khoáng trong cơ thể bạn. Các kim loại nặng như thủy ngân, chì, kẽm, nhôm và sắt chỉ cần quá một chút là gây rắc rối cũng được chỉ ra. Thủy ngân chắt ra khi *hàn trám răng* sẽ hiện ra. Thiếu hụt các khoáng chất cần thiết như măng-gan, xê-len, ma-giê,… cũng thể hiện rõ. Bác sĩ liệu pháp thiên nhiên hay bác sĩ có thể từ đó khuyên dùng các chất bổ sung đặc trưng, vitamin hay thảo dược phù hợp tình trạng của bạn.

Đôi lời về phân tích tóc và kim loại nặng: có sự hiểu lầm về ý nghĩa của việc tìm ra kim loại nào đó trong phân tích tóc của bạn. Nếu phân tích tóc của bạn có chứa các kim loại nặng, thì nó chỉ ra rằng cơ thể của bạn đã xoay xở được để *cô lập và loại bỏ* các kim loại đó qua tóc. Tại Utopia Wellness, bác sĩ Garcia chỉ sử dụng máu và nước tiểu để xác nhận kim loại nặng độc hại.

Xét nghiệm hoạt tính tế bào bạch huyết hủy diệt

Xét nghiệm này (đôi khi gọi là "phân tích giải phóng phóng xạ crôm bốn giờ") xác định độ mạnh của tế bào bạch huyết của bạn *(Natural Killer 'NK' Cell)*. Ta sẽ thấy ở phần tiếp theo, *hoạt*

tính của tế bào bạch huyết là một chỉ số về khả năng hệ miễn dịch "dọn dẹp" tế bào ung thư. Hiện tại, tôi biết chỉ có một phòng thí nghiệm thực hiện xét nghiệm này:

Quest Diagnostics (Test Code 1872)

27027 Tourney Road

Valencia, California 91355

Http://www.specialtylabs.com

(800) 421-7110

Giá xét nghiệm: 124 đô-la

Xét nghiệm kháng thể chống ác tính trong huyết thanh (AMAS)

Xét nghiệm này được quảng bá như phép "thử ung thư chính xác nhất thế giới". Nó có thể phát hiện ra ung thư khoảng *hai năm* trước mọi phương pháp hiện dùng khác với độ chính xác *trên 99%*. Thậm chí quan trọng hơn, nó có thể phát hiện sự tái phát của ung thư – mọi dạng ung thư – trước rất lâu các xét nghiệm "marker" ung thư khác, với dương tính giả thì ít hơn nhiều.

Phần lớn các bác sĩ không biết về xét nghiệm này mặc dù nó đã được Chương trình chăm sóc sức khỏe duyệt. Không được giới thiệu ra thị trường như các xét nghiệm khác đắt hơn nhiều như quét PET, quét CT,... Xét nghiệm này chỉ tiến hành trong phòng thí nghiệm của vài người đã phát hiện chất kháng thể vào năm *1974*. Họ đã lấy bằng sáng chế cho xét nghiệm. Mọi bác sĩ đều có thể đặt làm với bác sĩ Bogoch Oncolab, 36 The Fenway, Boston, MA 02215, (800) 922-8387. Chi phí 165 đô-la cộng một đêm vận chuyển.

Không xét nghiệm nào là hoàn hảo. Trong trường hợp của xét nghiệm AMAS thì nó không tác dụng đối với các trường hợp ung thư cấp. Kháng thể không xét nghiệm được ở đây.

Cũng vậy, đã có báo cáo về các trường hợp âm tính sai, *đặc biệt là ung thư vú*. Hình như xảy ra với những khối u lớn hơn 5cm. Tuy nhiên, chúng tôi mạnh mẽ khuyến cáo bạn trao đổi xét nghiệm này với bác sĩ. Nếu bác sĩ không quan tâm, bạn có thể tự đặt mua bộ kit thử, tự tìm hiểu thông tin và *tìm bác sĩ khác* làm cho bạn. Một độc giả của chúng tôi đã làm vậy cho vợ ông.

Theo ý kiến chúng tôi, xét nghiệm HCG nước tiểu mô tả ở Chương 5 tốt hơn xét nghiệm AMAS, chi phí cũng thấp hơn.

Xét nghiệm ký sinh trùng

Dưới đây là một số lời khuyên của một chuyên gia thực sự có thể cứu cuộc sống của bạn. Hãy chú ý đến ký sinh trùng. Hầu hết chúng ta (khoảng 85% trong chúng ta) có ký sinh trùng. Hầu hết các bệnh nhân ung thư có ký sinh trùng.

Bài viết này của bác sĩ Raphael d'Angelo có đăng trong Bản tin tháng 8 năm 2011 của Bill. Sẽ rất khôn ngoan nếu bạn tìm kiếm sự giúp đỡ của bác sĩ Angelo trong số báo này:

MỐI LIÊN HỆ GIỮA UNG THƯ VÀ KÝ SINH TRÙNG

Bác sĩ Raphael d'Angelo

Là một bác sĩ y khoa cởi mở, tôi muốn chia sẻ với bạn mối liên hệ giữa ung thư và ký sinh trùng. Ít bác sĩ dành đủ sự quan tâm đến khả năng nhiễm ký sinh trùng khi ung thư bắt đầu hoặc kéo dài. Một phần lý do cho điều này là các bác sĩ và bệnh nhân đều có một niềm tin sai lầm rằng y tế cộng đồng và vệ sinh môi trường của chúng ta đủ hiệu quả để ngăn chặn những vấn đề ký sinh.

Mọi bác sĩ thú y sẽ cho bạn biết rằng đất và nước của chúng ta bị nhiễm ký sinh trùng như bất kỳ nơi nào khác trên thế giới. Lọc nước có thể đạt được một số kết quả. Nhưng thực phẩm của chúng ta, côn trùng và tiếp xúc với không khí kéo chúng ta ngang bằng với các nước láng giềng trong các nước chậm phát triển trên thế giới.

Trong thực tế, các bác sĩ tin rằng hầu hết mọi người không thực sự có ký sinh trùng. Điều này được cổ vũ bởi lượng lớn phân xét nghiệm ký sinh trùng được phòng thí nghiệm chính thống báo cáo âm tính. Là một kỹ thuật viên phòng thí nghiệm y tế trong những năm trước đây, tôi có thể nói với bạn rằng trách nhiệm kiểm tra mẫu vật về ký sinh trùng dưới kính hiển vi được chuyển xuống mức ưu tiên thấp về thời gian cũng như sức lực so với tất cả các xét nghiệm khác mà phòng thí nghiệm phải thực hiện trong một ngày. Điều này thực sự đáng tiếc vì ký sinh trùng có trong hầu hết mọi người khi mẫu vật được chuẩn bị đúng cách và có đủ thời gian dành cho kiểm tra triệt để các tấm mẫu dưới kính hiển vi.

Y tế chẩn đoán ký sinh trùng là nhánh của khoa học y tế kiểm tra sự hiện diện của ký sinh trùng trong chất dịch cơ thể và các mô. Tôi đã tham gia việc này từ năm 1966 khi tôi phục vụ trong Không Lực như một kỹ thuật viên vi sinh tại Việt Nam. Sau tốt nghiệp Trường Y và sống trong gia đình có truyền thống y học, tôi tiếp tục sự nghiệp của mình như một nhà nghiên cứu ký sinh trùng bằng cách thiết lập và điều hành các phòng thí nghiệm nơi tôi công tác. Bây giờ tôi đang nghỉ hưu một phần, tôi chuyên trong việc kiểm tra ký sinh trùng cho những ai muốn biết cái gì thực sự đang xảy ra với họ.

Điều này đưa chúng ta đến sự liên hệ giữa ký sinh trùng và ung thư. Một phát biểu đúng là viêm mãn tính ươm giống cho phát triển các bệnh suy thoái mãn tính kể cả ung thư. Trong công việc của tôi với các bệnh nhân ung thư, tôi nhận thấy tại một thời điểm nhất định trong phục hồi, quá trình chữa bệnh sẽ không thay đổi và không tiến triển cho đến khi chúng tôi phát hiện ra những vấn đề ký sinh trùng rõ ràng và làm mất đi tác hại của chúng.

Ký sinh trùng có nhiều dạng. Một số thực sự là giun như sán dây và giun tròn. Số khác là sán lá. Rất nhiều sinh vật ký sinh đơn bào. Các loại nấm như nấm men và nấm mốc cùng với vi khuẩn gây bệnh và virus là ký sinh trùng. Tất cả làm thành tiêu chí mà một phần hoặc

toàn bộ vòng đời của chúng cần đến con người như vật chủ để bảo vệ, nuôi dưỡng hay sinh sôi nảy nở.

Tất cả ký sinh trùng đều sản xuất chất thải độc hại. Một số phá hủy tế bào của chúng ta. Một số xâm lấn các mô của chúng ta. Một số ăn thức ăn của chúng ta. Một số làm tất cả những điều này. Mô bị viêm do những điều như vậy xảy ra, có thể phát sinh ung thư. Một cách nghĩ về ung thư là nỗ lực chữa bệnh.

Triệu chứng đường tiêu hóa thường tìm thấy ký sinh trùng là đầy hơi, tiêu chảy, trướng bụng, đau bụng, táo bón, kém hấp thu, tiêu hóa không đều, có máu hoặc có mùi phân, chất nhầy và ruột bị rò rỉ. Triệu chứng toàn hệ thống có thể là một hay nhiều yếu tố sau: mệt mỏi, thần kinh/rối loạn cảm giác, đau, rối loạn về da, dị ứng, buồn nôn, yếu cơ, thiếu hụt miễn dịch, nhức đầu, sốt, mất ngủ, đổ mồ hôi đêm và thay đổi trọng lượng.

Ai cần kiểm tra ký sinh trùng? Câu trả lời trung thực là – tất cả chúng ta. Hãy lấy vài ví dụ về việc chúng ta bị ký sinh trùng như thế nào.

Đường miệng là con đường phổ biến nhất vào cơ thể. Ký sinh trùng có thể được tìm thấy trong đất bám vào rau. Sinh vật ký sinh trùng đơn bào như sinh vật đơn bào sống trong nước (Cryptosporidium) và trùng roi (Giardia) có thể được phục hồi trong nước uống, một số kháng hóa chất xử lý nước và quá trình lọc. Sán dây hoặc trứng của chúng có thể có trong các loại thịt chưa nấu chín, cá và bám vào da của chúng ta trong lúc sửa soạn đồ ăn. Vật nuôi ta yêu có thể làm ta bị nhiễm bệnh. Đi chân đất ra ngoài có thể là một nguồn cơ hội cho giun tròn như giun đũa (Ascaris) trực tiếp thâm nhập vào da. Côn trùng được biết là vật chủ mang các sinh vật ký sinh. Còn phương pháp điều trị như uống thuốc kháng sinh có thể thúc đẩy những khó khăn cho nấm men như nấm Candida.

Trong tháng gần đây, tôi đã thử nghiệm 54 mẫu phân. Giun tròn có trong 25 người; một nửa đã bị nhiễm khuẩn với nấm men và hầu

hết đã có một hoặc nhiều ký sinh trùng đơn bào. Điều đáng chú ý là tất cả các bệnh nhân ung thư đều có ký sinh trùng và những người không bị ung thư chỉ có một người là không bị ký sinh trùng! Những gì chúng tôi nghĩ là đang xảy ra việc ký sinh trùng gây ra viêm và phá hủy mô, điều đó làm trì trệ hệ thống miễn dịch và cung cấp nhiên liệu cho tăng trưởng ung thư và xâm lấn của nấm men. Nấm men ăn các mô chết và chúng tiết ra nhiều chất độc hơn rồi tiếp tục tiêu diệt mô duy trì chu kỳ vận hành. Bằng cách loại bỏ các ký sinh trùng và nấm men, hệ thống miễn dịch được giải tỏa để làm công việc của mình trong tấn công và giải quyết ung thư.

Tôi đưa ra một chương trình xét nghiệm ký sinh trùng rất kỹ lưỡng trong nước tiểu và phân cho bất kỳ cá nhân yêu cầu được kiểm tra. Chương trình của tôi được gọi là Chương trình Nghiên cứu ParaWellness. Tôi yêu cầu khách hàng của tôi làm tình nguyện viên Liên kết Nghiên cứu tham gia chương trình, cho phép tự do trao đổi tất cả các thông tin chúng tôi thu lượm được từ thử nghiệm mẫu của họ.

Theo yêu cầu của bạn, một bộ lấy mẫu vật sẽ được gửi đến. Mẫu nước tiểu và phân được gửi trở lại để xử lý, kiểm tra triệt để và làm thành một báo cáo. Tôi sắp xếp thời gian để hỏi thăm bạn qua điện thoại về những phát hiện và trả lời các câu hỏi về sự quan trọng của những phát hiện đó và phương pháp điều trị. Một bản báo cáo thông tin về mỗi ký sinh trùng tìm thấy và kiến nghị điều trị sẽ được gửi đến bạn ở dạng cuốn sách nhỏ. Dịch vụ này hết 297 đô-la. Bạn có thể đặt yêu cầu của bạn trên trang web mới của chúng tôi:

Www.parawellnessresearch.com hoặc qua điện thoại tại 303-680-2288 (Giờ miền Tây Bắc Mỹ).

Sứ mệnh của tôi là tiếp tục nâng cao nhận thức thực tế mức độ của vấn đề ký sinh trùng của chúng ta và phương pháp tự nhiên để loại bỏ ký sinh trùng. Tôi sẵn sàng hỗ trợ bạn trong công việc này. Cảm ơn bạn đã đọc bài viết này.

Về tác giả

Bác sĩ Raphael d'Angelo nhận bằng y khoa từ Đại học Tổng hợp Oklahoma vào năm 1976. Sau bảy năm làm bác sĩ ở Không Lực Hoa Kỳ, ông hành nghề ở Texas, Oklahoma và Colorado. Với bằng chứng nhận về y học gia đình và y học toàn diện tích hợp, ông cũng đã dành 45 năm làm kỹ thuật viên phòng thí nghiệm y tế chuyên về vi sinh học y tế và ký sinh trùng. Ông là hội viên của Hội Y học Nhiệt đới và Vệ sinh (Society for Tropical Medicine and Hygiene) và là một bác sĩ bản địa Mỹ cùng với nhóm Nemenhah. Bác sĩ d'Angelo làm việc với bệnh nhân ung thư trên khắp nước Mỹ và Canada giúp họ tự thoát khỏi các bệnh ký sinh.

Định kỳ xét nghiệm

Một số chi phí có thể được bù đắp bằng cách phân *định rõ ràng chất bổ sung* cho tình trạng cụ thể của bạn thay vì đoán chừng liều lượng. Nếu bạn bị ung thư, thì phải làm xét nghiệm ký sinh trùng như nêu trên. Phải làm xét nghiệm HCG (xem Chương 5) *hai tháng một lần.* Làm phân tích tế bào máu *hàng tháng.* Xét nghiệm hoạt tính tế bào bạch huyết khá đắt, xét nghiệm theo dõi khoáng chất và tuyến giáp chỉ làm *theo yêu cầu của bác sĩ.* Bộ kit thử AMAS có hướng dẫn định kỳ thử. Nếu làm xét nghiệm HCG nước tiểu mô tả ở Chương 5, bạn không cần thử máu AMAS nữa trừ khi cần xác thực.

Đừng sợ

Trên tất cả, bạn *đừng sợ* chẩn đoán bị ung thư. Một chẩn đoán ung thư bất kể nặng đến mức nào cũng *không phải là cảnh báo của cái chết.* Hàng nghìn người bị ung thư nặng di căn giai đoạn 4 nay *đã khỏi hoàn toàn.* Bạn cũng có thể như vậy. Những

phương pháp điều trị và xét nghiệm trong cuốn sách này sẽ cho bạn khỏe lại, nếu bạn xử lý nguyên nhân của ung thư.

Bạn là bệnh nhân hay người chăm sóc khi đã trải nghiệm việc thoát khỏi ung thư, bạn sẽ *học được rất nhiều bài học đắt giá* về lối sống giúp bạn sống lâu và hạnh phúc và giúp nhiều người khác cũng làm như thế. May mắn là của bạn!

Quyền của bệnh nhân

Đôi khi chúng tôi nghĩ chữ bệnh nhân (patient) áp dụng cho chúng ta, những người ngây thơ sử dụng "hệ thống" y tế bởi vì chúng ta rất… nhẫn nại (patient). Là một "bệnh nhân" (patient) ung thư, nó sẽ khiến bạn *sốt ruột* (impatient). Là người *ủng hộ* cho một người bạn hoặc người thân, nó sẽ làm bạn trở nên *lo lắng hơn (more impatient)* cả bệnh nhân (patient).

Sẽ chẳng có gì quan trọng hơn trong những ngày đầu sau khi biết mình bị ung thư bằng *biết quyền của bạn* là một bệnh nhân. Đây là một trích đoạn từ cuốn sách khác của bác sĩ Ralph W. Moss xuất bản năm 1995 tựa đề *Chất vấn hóa trị* (Questioning Chemotherapy).

"Hãy suy nghĩ về lời khuyên sâu sắc từ người quả phụ của một bệnh nhân ung thư viết trên Những ghi chép ung thư *(11/1993):*

'Chất vấn *bác sĩ của bạn. Hỏi ông ấy* từng bước đi của tiến trình. *Tình trạng càng nghiêm trọng, phương pháp điều trị càng nghiêm túc,* chất vấn *càng phải* nghiêm khắc. *Nếu bạn không đủ sức thì hãy tranh thủ sự giúp đỡ của ai đó có khả năng…* Đừng ngại đấu tranh. *Chất vấn bác sĩ của bạn, cũng như cách bạn là một chính trị gia, hai trường hợp này không có gì khác. Nếu vị bác sĩ không trả lời được các câu hỏi, thì* tìm bác sĩ khác… *Có* đường lối chung *trong hệ thống y tế. Hỏi bác sĩ.* Hãy luôn thế".

Thực ra, một số bác sĩ *sẵn sàng trao đổi cởi mở và* đánh giá cao *cơ hội chia sẻ* những phức tạp trong ngành của họ *với những bệnh*

nhân tò mò. Số khác thì không. Nếu bác sĩ nổi nóng, trịch thượng hoặc lảng tránh, đó có lẽ là lúc phải tìm bác sĩ khác. *Đừng bao giờ cho phép mình bị ép buộc. Chắc bạn tự hào mình là* khách hàng hiểu biết *trên thương trường nói chung. Hãy cũng là một* khách hàng hiểu biết trong lĩnh vực y tế.

Hiện nay, bạn có thước đo để đo hiệu quả *của các phương pháp điều trị ung thư. Nếu thuốc hay chế độ dinh dưỡng không* chứng minh được việc cứu chữa, *đặc biệt là* kéo dài sự sống thực tế *hoặc nâng cao* chất lượng cuộc sống – *nếu chỉ tạm thời giảm kích thước khối u mà sức khỏe giảm sút – thì khi đó hoàn toàn là* thí nghiệm và chưa được thử thách, *và không nên đại diện cho bất cứ điều gì. Trường hợp xấu nhất, có thể không chỉ là không hiệu quả, mà còn* đau đớn, tàn phá – thậm chí tai họa.

Đó có lẽ là lúc tìm đến những phương pháp điều trị thay thế, dinh dưỡng hay không độc hại. *Theo ý kiến cá nhân tôi,* phương pháp điều trị tốt nhất *là dựa trên những lý thuyết tin cậy hơn và* đưa ra bằng chứng thuyết phục hơn *hầu hết các hóa trị, chúng chắc chắn* ít gây hại hơn nhiều.

Có thể hiểu được bệnh nhân và người thân thường gục ngã *khi biết họ đang bị ung thư. Lại thêm một* đòn nữa *khi biết rằng hóa trị* không đời nào giúp được. *Nhưng ung thư* không phải là án tử hình. *Nó có thể là một* bước ngoặt.

Mất đi những ảo tưởng *có thể là* khởi đầu của sự sáng suốt".

Thêm một số quan niệm của bác sĩ

Đây là một số trích dẫn của các bác sĩ mà chúng tôi kính trọng:

"Chúng ta có một ngành công nghiệp nhiều tỉ đô-la đang giết nhân loại, dù xét ở góc độ nào, chỉ vì thu lợi ích tài chính. Ý tưởng của

họ về nghiên cứu là xem liệu hai liều thuốc độc này có tốt hơn so với ba liều thuốc độc kia không."

Glen Warner – bác sĩ ung thư

"Cách tôi nhìn ung thư cũng giống như cách tôi nhìn bệnh tim, viêm khớp, huyết áp cao, hoặc thậm chí như béo phì, phải giải quyết vấn đề bằng nỗ lực thúc đẩy hệ miễn dịch của cơ thể qua chế độ ăn uống, dinh dưỡng bổ sung và luyện tập, cơ thể có thể tự đào thải ung thư y như nó làm với các bệnh thoái hóa khác. Bởi vậy, tôi không muốn có hóa trị và xạ trị bởi vì tôi không thích thú với những trị liệu tàn phá hệ miễn dịch, và theo tôi, gần như chắc chắn thất bại cho số đông bệnh nhân ung thư."

Bác sĩ Julian Whitaker

"Có rất nhiều phép chữa trị ung thư, tất cả đang bị đàn áp nhẫn tâm và có hệ thống bởi chính giới ung thư giống như mật vụ của Đức Quốc xã. Chính giới ung thư là tổ chức không-quá-mờ ám bao gồm Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ, các bệnh viện ung thư hàng đầu, Viện Ung thư Quốc gia và FDA. Tuy nhiên, có một thực tế ẩn đằng sau là các tổ chức đáng kính này bị chi phối bởi thành viên và bạn bè của thành viên thuộc ngành công nghiệp dược phẩm, vốn hưởng lợi rất nhiều từ nỗi ám ảnh nghề nghiệp của chúng ta đối với phương pháp hoá trị."

Bác sĩ Robert C. Atkins
tác giả *Bác sĩ Atkins cách mạng chế độ ăn*
(Dr. Atkins New Diet Revolution) và sáng lập
Trung tâm Atkins tại New York

"Các nghiên cứu của tôi chứng minh một cách thuyết phục rằng những nạn nhân không chữa trị ung thư sống lâu hơn bốn lần so với những người được chữa trị. Nếu một người bị ung thư và chọn không

điều trị gì hết thì người đó sẽ sống lâu hơn và cảm thấy dễ chịu hơn là nếu người đó trải qua hóa trị, xạ trị hoặc phẫu thuật."

Giáo sư Tiến sĩ Khoa học Hardin B. Jone
Trường Tổng hợp California.

"Mọi người phải biết rằng "Cuộc chiến ung thư" là sự lừa gạt quy mô lớn, Viện Ung thư Quốc gia và Hội Ung thư Mỹ đã sao nhãng trách nhiệm đối với những người đã ủng hộ họ."

Tiến sĩ Linus Pauling, đoạt hai giải Nobel.

Bây giờ, tôi khuyên bạn bắt đầu *ngay lập tức* một số phương pháp tự điều trị.

CHƯƠNG 5

TỰ ĐIỀU TRỊ UNG THƯ

"Tất cả kiến thức của tôi học được nhờ đứng trên vai những người khổng lồ."

ALBERT SCHWEITZER

Xin bạn đừng cảm thấy mình đang thám hiểm *lãnh địa chưa [được] thăm dò* khi bạn điều trị ung thư bằng các phương pháp *"thay thế"*. Năm 1997 số bệnh nhân đi khám bác sĩ [áp dụng] phương pháp thay thế được ghi nhận ở Mỹ đã vượt quá con số bệnh nhân đi khám bác sĩ chính thống. Con số này vẫn tiếp tục tăng lên kể từ đó. Khảo sát gần đây của Quỹ Kéo dài tuổi thọ *(Life Extension Foundation)* đã phát hiện *80%* bệnh nhân ung thư dùng một hay nhiều phương pháp "thay thế" và *một nửa trong số đó* không nói với bác sĩ của họ về những phép điều trị này. Đấy *không phải* điều chúng tôi muốn khuyên bạn.

Trong chương này, chúng tôi sẽ mô tả điều trị ung thư bạn cần phải *trao đổi với bác sĩ của bạn,* họ là ai không thành vấn đề. Tuy nhiên nếu bác sĩ hiện tại của bạn *không cảm thông* đối với

những phép điều trị đó thì *bạn cứ bắt đầu* đi tìm một bác sĩ khác. Đó là những phương pháp điều trị với *thư viện* thông tin *khổng lồ*. Chúng đã được kiểm chứng qua nhiều năm với tất cả các loại ung thư.

Chúng tôi sẽ trao đổi chi tiết những điều mà *nếu bị ung thư* chúng tôi sẽ làm theo. Loại ung thư gì? Cái đó không quan trọng. Bất cứ ung thư loại gì và giai đoạn nào được chẩn đoán, tôi cũng sẽ làm như những gì kể dưới đây.

Chúng tôi sẽ đưa cho bạn *chế độ chính xác* mà chúng tôi sẽ theo. Không hề đắt tiền. Thực tế, một phần trong đó giá chẳng là bao. Khó lắm không? Không! Bởi hiện chúng tôi đang làm phần lớn là để phòng ngừa. Chúng tôi biết hàng trăm người đã theo chế độ chính xác này và hiện đã "thoát khỏi ung thư". Thực tế, chúng tôi có biết những người tự chữa trị chỉ bằng cách dùng một trong bảy phương pháp điều trị này. Có đảm bảo tác dụng không? Thật đáng tiếc. *Không đảm bảo.*

Bạn cần tìm hiểu chúng thêm ngoài những thông tin trong sách này. Chúng tôi sẽ giúp bạn về nguồn tài liệu. Hãy tiến hành tìm hiểu *trước khi* thảo luận về chúng với bác sĩ của bạn. Bằng cách đó, bạn sẽ ở vào vị trí đánh giá phản ứng của bác sĩ khi bạn đưa ra chủ đề. *Đừng chỉ "hỏi bác sĩ"* về chúng. Rất ít bác sĩ biết về phép điều trị ung thư như bạn sẽ biết sau. Trước khi đưa chúng ra, chính bạn phải tin tưởng *hoàn toàn* về hiệu quả của chúng.

Thúc đẩy hệ miễn dịch

Ung thư và hệ miễn dịch

Không có chuyện ung thư bắt đầu hoặc phát triển nếu hệ miễn dịch của bệnh nhân khỏe. Thế nên, ưu tiên số một về phòng ngừa hoặc điều trị ung thư là đưa *hệ miễn dịch* của bạn vào *mặt trận chống ung thư*. Thực phẩm bổ sung là thiết yếu. Chúng ta sẽ nói sau về chế độ ăn, nhưng sẽ không có chế độ ăn

thích hợp nào lại gây tái phát ung thư. Mọi chế độ ăn đều cần bổ sung. May thay, bạn có rất nhiều lựa chọn. Chúng tôi sẽ đưa ra chọn lựa đầu tiên của chúng tôi và sau đó trao đổi về một số lựa chọn.

Beta-1,3d Glucan

Đây là bài báo Bill đăng ở Bản tin của ông số ra ngày 27 tháng 2 năm 2007:

"Những ai đọc bài viết nguệch ngoạc của tôi thì biết tôi luôn khuyến cáo sản phẩm tốt nhất nâng cao hệ miễn dịch mà tôi tìm ra. Bởi vì có rất nhiều lựa chọn cho chức năng cơ bản này, tôi luôn cởi mở với những thông tin mới. Vâng, thứ Bảy tuần trước (3 ngày trước đây) tôi tận mắt bắt gặp thông tin đầy ấn tượng về chủ đề mà tôi chưa từng biết. Bạn THỰC SỰ cần phải chú ý.

Khoảng một tuần trước, anh bạn của tôi, bác sĩ nha khoa John Tate ở Spartanburg, Nam Carolina, đã đề nghị tôi liên hệ với Marilyn Backer của Transfer Point ở Columbia, Nam Carolina và lấy thông tin về sản phẩm Beta-1,3d Glucan. Bác sĩ Tate biết tôi tư vấn rất nhiều cho bệnh nhân ung thư. Thực tế, tôi đã kể với ông nhiều người trong số họ bị ống tủy chân răng và những rắc rối khác về răng.

Tôi gọi cho Marilyn và cô ấy bảo sẽ mở Hội thảo cả ngày cho các nhà chuyên môn chăm sóc y tế và một số nhà phân phối mới vào thứ Bảy ngày 24 tháng 2. Cô ấy mời tôi đến dự. Tôi rất vui sướng nhận lời mời thân mật của Marilyn.

Diễn giả hôm đó là A. J. Lanigan. A. J đã học trường Dược Tổng hợp Nam Carolina từ năm 1971 đến năm 1975. Ông đã nghiên cứu về hệ miễn dịch trong suốt 25 năm qua. Ông biết sự phức tạp của chủ đề này hơn bất cứ ai mà tôi từng gặp hoặc từng đọc. Điều đó đặt ông lên trên một số người ưu tú – bác sĩ Mamdooth Ghoneum, bác sĩ Richard Kinsolving, bác sĩ Hulda Clark, bác sĩ Micheal Roizen, bác sĩ David Williams, bác sĩ Robert Rowen và rất nhiều người khác nữa.

Với hiểu biết rộng lớn của mình về hệ phức tạp này làm việc như thế nào, A.J đã hoàn thiện một sản phẩm có tác động tốt nhất thúc đẩy hiệu suất của hệ miễn dịch mà không gây 'quá mức' và gây ra phản hồi miễn dịch tự động. Nếu bạn là bệnh nhân ung thư hay người chăm sóc [bệnh nhân], thì sản phẩm này chắc chắn là ưu tiên số một. Chưa bệnh nhân ung thư nào từng phục hồi được cho đến khi hệ miễn dịch trở lại bình thường.

Cái mà A.J làm, theo chỗ tôi được biết, thì không có nhà sản xuất nào về loại sản phẩm này từng làm, là khích lệ các cơ sở nghiên cứu trên cả nước nghiên cứu sản phẩm của ông – Beta-1,3d Glucan – và so sánh hiệu quả của nó với các sản phẩm cạnh tranh khác. Trong đó, các cơ sở nghiên cứu này gồm cả Harvard, Tulane, Trường Tổng hợp Louisville, Baylor, Johns Hopkins. Những cái họ làm trong nhiều nghiên cứu đánh giá của các chuyên gia đã chỉ ra rằng sản phẩm đặc biệt do A.J sản xuất ra ưu việt hơn nhiều so với tất cả các sản phẩm đẩy mạnh hệ miễn dịch trên thị trường. Đúng, kể cả RM-10 Ultra, sản phẩm tôi mới nói đến gần đây nhất.

Những sản phẩm đã thử nghiệm và làm việc kém hơn so với Beta-1,3d Glucan bao gồm BETAMax, Advanced Ambrotose của Mannatech, Immutol, Glucagel, Transfer Factor, Manopol, Maitake-Gold, MacroForce, Immune Builder... Bảng xếp hạng dựa trên những quan sát đang diễn ra trong cơ thể sống ở những cuộc thử nghiệm của một trường đại học lớn trong thí nghiệm cạnh tranh song song.

Bạn có thể biết nhiều hơn nữa về sản phẩm này tại trang web tôi sẽ cho bạn và tôi khuyến khích bạn nên làm. Bạn có thể được giảm giá, giá cũng như với RM-10 Ultra. Nhưng để tôi cho bạn một số sự kiện cốt yếu tôi học được hôm thứ Bảy.

- *Hầu hết các sản phẩm nâng cao hệ miễn dịch đều hòa tan. Điều đó nghĩa là nơi đâu chúng phân hủy trong cơ thể và gây ảnh hưởng thì khó kiểm soát kết quả. Beta-1,3d Glucan không hòa*

tan. Đó là chất giống như xơ. Nó tới nơi thích hợp. Đó là, nó đi từ ruột non qua những mảnh Peyer đến hệ bạch huyết. Từ đó, nó được đưa vào dòng huyết, tất cả các bộ phận trong cơ thể và thậm chí vào thủy xương bởi thực bào (tế bào miễn dịch nuốt các thứ). [Tất nhiên tôi đơn giản hóa rất nhiều vấn đề phức tạp này].

- *Nó "khuyến khích" các tế bào miễn dịch bạch cầu trung tính nhận ra các tế bào ung thư và tiêu diệt chúng. Những tế bào này chiếm 50 – 60% số tế bào miễn dịch của bạn. Bình thường chúng không nhận ra các tế bào ung thư. Beta-1,3d Glucan liên kết với một thụ thể trên màng ngoài của các tế bào đó. Với thụ thể được kích hoạt, chúng "nhìn thấy" các tế bào ung thư như những tế bào nấm sùi và tiêu diệt chúng. Thế là đưa thêm những tế bào này vào "đội quân" của các tế bào bạch huyết hủy diệt (Natural Killer 'NK' Cells), bạch huyết cầu và lim-pho bào. Bằng cách này, các tế bào NK, đại thực bào và tế bào bạch cầu cũng có các thụ thể glucan làm Beta-1,3d Glucan của A.J thành bộ điều biến miễn dịch hiệu quả nhất được biết đến.*
- *Dùng liều phù hợp (phụ thuộc trọng lượng cơ thể) mỗi ngày một lần khi đói sẽ nâng gấp đôi hiệu quả hệ miễn dịch. Do cách tác động lên cơ thể không cần chia thuốc ra trong ngày. Cũng thế, dùng nhiều hơn sẽ không hiệu quả hơn.*
- *Beta glucan làm từ nấm (giống như RM-10 Ultra) và từ hạt ngũ cốc kém hiệu quả hơn nhiều so với từ men như Beta-1,3d Glucan của Transfer Point.*

Để có được thông tin đầy đủ về sản phẩm này từ một chuyên gia y tế giỏi là Phyllis Pipkin, hãy vào trang web này: http://Ancient5.com

Nếu thích, bạn có thể gọi Phyllis, chủ sở hữu, để đặt hàng. Số điện thoại miễn phí của bà ấy là (855) 877-8220. Bà ấy ở trong khu vực Atlanta (Miền Đông). Từ bên ngoài nước Mỹ, bạn có thể gọi (678)

653 - 8532. Bà vận chuyển đi khắp thế giới.Vận chuyển trong nước Mỹ thì miễn phí.

Có các nhà phân phối khác của Transfer Point Beta Glucan ở Mỹ, các nước khác ở châu Âu và ở Viễn Đông. Để tìm một nhà phân phối gần bạn, bạn cần phải vào trang web của Transfer Point là http://www.transferpoint.com. Bạn cũng có thể gửi email cho họ info@transferpoint.com.

Ông bà Bill đã dùng sản phẩm này từ tháng 2 năm 2007 và bạn cũng nên dùng. Nhân đây, dùng Beta Glucan chiết xuất từ nấm men không có hại cho phủ tạng của bạn. Cụ thể, nó không gây nhiễm nấm men như nấm Candida albicans…

Lọc nước kiềm

Phyllis bán một sản phẩm khác rất hữu ích cho bệnh nhân ung thư. Đó là lọc nước uống của bạn bằng một lọc nước kiềm hóa và ion hóa. Bill giữ thiết lập độ pH *khoảng 9.5*, làm cho tất cả nước ông uống không chỉ tinh khiết mà còn rất kiềm. Bệnh nhân ung thư đã phục hồi đơn giản bằng cách đảo ngược tình trạng a-xít trong cơ thể họ. Hãy xem bộ lọc nước này. Bill và Terry thích chúng. Bạn sẽ tìm thấy thông tin ở http://www.Ancient5.com.

So sánh Transfer Point và Our Health Co-op

Our Health Co-op là một trong những nguồn cung cấp ưa thích thực phẩm bổ sung cũng bán một sản phẩm Beta Glucan rẻ hơn đáng kể hơn so với sản phẩm của Transfer Point. Để so sánh của hai cơ sở này, chúng tôi đề nghị bạn đọc một bài viết của Bill trong Bản tin tháng 10 năm 2009. Bạn sẽ tìm thấy nó ở đây:

Http://www.Beating-Cancer-Gently.com/133nl.html

MGN-3 (R.I.P)

Trước 12 tháng 7 năm 2004, chúng tôi đã giới thiệu MGN-3 ở đây. MGN-3 có sức mạnh như là chất kích thích hệ miễn dịch được *nhiều bằng chứng khoa học* khẳng định. Hàng trăm độc giả của Bill đã thoát khỏi ung thư nhờ nó. Rất nhiều người dùng nữa. Tóm lại, *nó hiệu quả.* Có vẻ như quá tốt. Áp lực của Big Pharma cuối cũng đã thành công. Một vụ kiện cáo ngớ ngẩn của FDA chống Công ty Lane Labs qua nhãn hàng, bắt đầu từ năm 1999, hoàn tất với một quyết định của Tòa liên bang New Jersey. Ngày 12 tháng 7 năm 2004, tòa ra lệnh Công ty Lane Labs, nguồn cung cấp MGN-3 duy nhất ở Mỹ, phải đóng cửa và hoàn trả tiền cho những ai mua sản phẩm từ năm 1999.

Vẫn có cách lấy thế hệ tiếp theo của MGN-3, nhưng bây giờ nó bị các sản phẩm nâng miễn dịch tốt hơn (chúng tôi gọi là *"thế hệ thứ hai"*) vượt qua như nêu ở phần trên và dưới của chương này.

Nếu kiểu chính quyền liên bang vô lý như đối với trường hợp của Công ty Lane Labs làm bạn nổi giận thì bạn *không bất lực*. Trong cuộc sống của chúng ta, thường thì phong trào của những nhóm cử tri tức giận thay đổi được chính sách chính phủ. *Bạn có tiếng nói.* Một nhóm có sức mạnh tên là Nền tảng Giải pháp Tự nhiên (Natural Solution Foundation) đã nỗ lực bảo vệ bạn được tiếp cận các chất bổ sung tự nhiên là rất đáng khen ngợi. Hãy xem trang web của họ và tài trợ nếu bạn có thể. Hãy vào:

Http://www.healthfreedomusa.org

Các chọn lựa khác

Dưới đây là một số lựa chọn khác nhằm tăng cường hệ miễn dịch của bạn. Chúng tôi muốn cung cấp cho bạn những

lựa chọn. Tuy nhiên, nếu bạn quyết định sử dụng *Transfer Point Beta Glucan* ở trên, giống như chúng tôi, thì là trùng lặp và *không cần thiết [phải có những lựa chọn khác].*

RM-10 Ultra

Được rao bán trên nhiều trang mạng, sản phẩm của Garden of Life này là tổ hợp của *chiết xuất 10 loại nấm khác nhau* cộng với a-xít folic, vitamin B12, canxi và xê-len. Đây là lựa chọn thứ hai của chúng tôi trong số rất nhiều lựa chọn hiện có cho mục đích này. Bill lần đầu để ý sản phẩm này khi nhiều độc giả của ông giới thiệu với ông trong khi ông vẫn đang khuyên dùng MGN-3. RM-10 Ultra đến từ Garden of Life, là nguồn chúng tôi tin tưởng.

Không có liều "chữa bệnh" để chống ung thư trên lọ thuốc RM-10. Xem đoạn viết trên về MGN-3 để thấy nguyên nhân. Thực tế, FDA đã quấy rầy Garden of Life về nhãn hàng và chúng tôi hiểu họ phải thay đổi toàn bộ nhãn với nhiều tốn kém. Dù ở mức độ nào chúng tôi cũng sẽ dùng *ba liều "bình thường" ghi trên lọ* nếu chúng tôi bị ung thư. Cần 6 viên nang mỗi ngày. Giá thuốc điển hình (bạn phải tìm mua ở các cửa hàng) là 35 đô-la cho 90 viên kể cả phí vận chuyển. Với liều 9 viên nang mỗi ngày sẽ tốn khoảng 105 đô-la mỗi tháng. Còn Beta Glucan (xem phần trên) thì khoảng 95-125 đô-la mỗi tháng cho liều chữa bệnh, tùy theo cân nặng.

Chúng tôi liên tục dùng liều đó trong sáu tuần, sau đó giảm xuống liều "duy trì" 1 viên hai lần mỗi ngày (23 đô-la mỗi tháng). Chi phí đó tương tự liều duy trì với Beta-1,3d Glucan nói trên. Trang web nói về thành phần trong RM-10 là: http://www.beyondprobyotics.net/rm10ultra.htm

Một trong những điều RM-10 Ultra hấp dẫn chúng tôi là sử dụng một trong những nấm chiết xuất *"agaricus blazei"*. Đầu

tiên được tìm thấy ở Brazil trong một làng nhỏ mà người dân gốc ở đó không ai bị ung thư và chiết xuất nấm này đã được các nhà khoa học Nhật Bản nghiên cứu rộng rãi. Các nhà khoa học Nhật Bản chắc chắn giỏi nhất thế giới về pha trộn nấm.

Tin vui về sản phẩm này là hiệu quả nâng hoạt tính của cả *tế bào bạch huyết hủy diệt (NK)* và tất cả *tế bào bạch huyết cầu* quan trọng (kẻ ăn khỏe) của hệ thống miễn dịch. Ba trong các chiết xuất nấm thực sự có chứa Beta Glucan, nhưng như nói ở trên, không mạnh bằng Beta Glucan chiết xuất từ men.

Oncolyn

Khi Bill trao đổi với người bạn là chủ cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh hồi đầu năm 2001 thì bà ấy đã gợi ý ông xem xét Oncolyn. Bà nói còn *"tốt hơn MGN-3"*. Cũng như với phần lớn chất bổ sung, thực sự là có nhiều lựa chọn thực phẩm. Bill trân trọng ý kiến của bà và ông đã tiến hành một số nghiên cứu.

Cũng như MGN-3 và RM-10 Ultra, Oncolyn *tiêu diệt tế bào ung thư* và trung hòa độc hại của phần lớn thuốc dùng trong hóa trị. Chúng còn là nhân tố *chống ô-xy hóa mạnh*, ức chế hình thành mạch (gồm làm chậm phát triển khối u và ngăn chặn khôi u tái phát) và "làm vi biến tế bào ung thư trở thành tế bào bình thường".

Tiến sĩ, bác sĩ Arthur H.K Djang cho rằng Oncolyn có tác dụng rất lớn. Ông là bác sĩ Mỹ và chuyên gia được chứng nhận bởi Hội đồng bệnh học Mỹ *(American Boards of Pathology)* và Hội đồng y học hạt nhân Mỹ *(American Boards of Nuclear Medicine)* với chuyên môn về các bệnh truyền nhiễm, hóa sinh và miễn dịch, y tế dự phòng và bệnh lý tế bào. Thật ấn tượng? Bill cũng thấy thế.

Oncolyn hoàn toàn là *thảo dược và không độc*. Bạn cần tư vấn với chuyên gia y tế, còn liều dùng thì chúng tôi đã thấy khuyến

cáo cho các bệnh nhân ung thư, nó đắt hơn cả Beta-1,3d Glucan hay RM-10 Ultra.

Oncolyn có bán ở hầu hết các cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh và trên mạng. Trang web tốt nhất chúng tôi thấy là: http://www.bellayre.com

Liều khuyến cáo "bình thường" cho hai ngày là khoảng 50 đô-la (60 viên nang). Tuy nhiên, bệnh nhân ung thư phải dùng liều gấp ba lần ít nhất trong sáu tuần đầu, việc này khiến Oncolyn khá đắt so với các loại khác.

Vì sao chúng là ưu tiên số một?

Sử dụng những sản phẩm nâng cao hệ miễn dịch thích hợp sẽ gần như chắc chắn *đảm bảo* ung thư *không tái phát*. Nếu không tiếp tục điều trị sau khi bạn được thông báo "thoát khỏi ung thư" thì khả năng ung thư sẽ *gần như chắc chắn tái phát* sau vài tháng hoặc vài năm hoàn thành chữa trị "mổ kết hợp hóa trị và xạ trị".

Hiện không có thiết bị hoặc xét nghiệm nào phát hiện ra lượng tương đối nhỏ các tế bào ung thư *luôn tồn tại* sau điều trị chính thống. Những tế bào đó được định nghĩa là *cứng đầu nhất*. Với hệ miễn dịch đã *bị tiêu diệt bởi hóa trị*, xạ trị hoặc phẫu thuật, chúng sẽ tiếp tục phân bào thành một môi trường *"thân thiện với ung thư."* Các bệnh viện xem ra ít biết về dinh dưỡng phù hợp cho bệnh nhân. Kem, đường, soda… sẵn sàng được cung cấp.

Nếu bạn hay người thân của bạn được chẩn đoán bị ung thư thì nâng hệ miễn dịch là *ƯU TIÊN SỐ 1*. Trên tất cả, phương pháp điều trị này được biết đến như một liệu pháp *"phụ thêm"*. Nghĩa là không đòi hỏi bạn phải làm khó bác sĩ của bạn cho phép một phương pháp điều trị "thay thế". Với công trình nghiên cứu đầy đủ có sẵn, hầu hết mọi bác sĩ khả kính sẽ cổ vũ

bạn khi dùng những sản phẩm này. Nếu vị bác sĩ của bạn không như thế, hãy tìm bác sĩ khác.

Có hơn 130 loại tế bào khác nhau trong hệ miễn dịch của bạn. Một trong những tế bào quan trọng nhất đối với bệnh nhân ung thư là *tế bào bạch huyết hủy diệt tự nhiên [Natural Killer Cells (NK)]*. Chúng có hàng tỉ [tế bào] trong cơ thể bạn, nhưng bạn có thể tin chắc rằng các "chiến sĩ" của bạn chưa đủ hăng hái hoặc bạn chưa "bị" ung thư. Các sản phẩm nói trên kích hoạt các NK của bạn và biến chúng thành kẻ hủy diệt thảm khốc các tế bào ung thư.

Bằng chứng ở đâu?

Bạn có thể tự hỏi tại sao chúng tôi không trích dẫn nhiều hơn tài liệu khoa học và nghiên cứu "lâm sàng" về các sản phẩm chúng tôi giới thiệu. Về cơ bản, lý do là không ai bán những sản phẩm thuộc "sở hữu công cộng" (tức là ai cũng có thể pha chế và bán) có thể chịu nổi chi phí *200-500 triệu đô-la*, điển hình như các công ty dược đang bỏ ra để "thử" một thuốc tổng hợp mới.

Một số trong các sản phẩm "thay thế" này (MGN-3, Oncolyn, Polymva) có giấy phép độc quyền nhãn hiệu. Nghĩa là có thể bán giá cao hơn nhiều so với những loại không có giấy phép độc quyền nhãn hiệu. Theo chúng tôi, giá cả *không tương quan gì với hiệu quả.* Nói cách khác, bạn không nhất thiết phải nghĩ "tiền nào của nấy".

Đa số "chứng cứ" bạn tìm thấy về các sản phẩm nêu trong cuốn sách này được gọi là *"giai thoại"*. Một số đã thử dùng (thường là *hàng ngàn người*) và thấy có tác dụng. Như thế có đủ không? Đủ, vì hầu hết những sản phẩm đó *không hại với mọi liều dùng*, chúng tôi phải nói rằng đáng để dùng thử. Tùy suy xét của bạn. Tuy nhiên, cho phép chúng tôi nhắc nhở bạn về những phát hiện của Quốc hội: *"... 75% tất cả các công bố*

[truyền thống] nghiên cứu y học có kết luận không căn cứ hoặc không thể xác minh được..."

Có trò gian lận gì không trong kinh doanh sản phẩm dưỡng sinh "tự nhiên"? *Có đấy!* Những gì hàm chứa bên trong các sản phẩm dưỡng sinh "tự nhiên" có đúng như viết trên lọ thuốc không? Xin lỗi, *không*. Theo chúng tôi, bảo đảm nhất để có sản phẩm hiệu quả là *sự tín nhiệm của nguồn hàng*. Bởi thế, chúng tôi giới thiệu các nguồn hàng như Transfer Point, Our Health Coop, Garden of Life và Green Supreme.

Thực ra, hiện có rất nhiều tài liệu nghiên cứu về Beta Glucan (và các chất khác như chống ô-xy hóa) trên mạng. Nếu bạn quan tâm đến một ví dụ, hãy truy cập:

Http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/

Tìm "glucan and macrophage". *Cảnh báo:* Bạn sẽ thấy nhan nhản những bài viết nhàm chán của các nhà nghiên cứu khoa học như: *"Biểu hiện bên ngoài của phosphatidylserine trên đại thực bào là cần cho thực bào của tế bào tuyến ức apoptotic"*. Có lẽ bạn sẽ nhanh chóng dùng từ khóa của chúng tôi thôi.

Dầu hạt lanh và pho-mát không kem (FO/CC) – Chế độ ăn Budwig

Đầu tiên Bill phát hiện ra Chế độ ăn Bugwig và đăng một bài báo về nó vào tháng 7 năm 2002. Lần đầu tiên và cuối cùng trong hơn 11 năm xuất bản bản tin, ông *dành toàn bộ bản tin* cho chủ đề này. Bạn nghiên cứu về sự thích hợp của chế độ ăn ấy với bản thân hay người thân của bạn là một phương pháp điều trị *hiệu quả và không đắt*.

Trong quá trình nghiên cứu xuất hiện nhiều lần từ năm 1998, Bill đã thấy tên của bác sĩ Johana Budwig xuất hiện nhiều

lần. Ông luôn luôn che đi khi nghe "công thức" của bà – một chút dầu hạt lanh trộn với pho-mát không kem.

Quyết định tôi!!!

Nhờ một người trong các bạn, độc giả trung thành của ông, ông được giới thiệu đến nhóm thảo luận trên mạng *Dầu hạt lanh 2* (FlaxseedOil2). Thông qua nhóm, ông hiểu rằng chất này *ĐỘC NHẤT VÔ NHỊ trong* tiêu diệt hàng tỉ tế bào ung thư và – *đồng thời* làm cho mọi tế bào khác trong cơ thể khỏe hơn. Bạn có để ý không?

Từ đó, Bill đọc rất nhiều bài viết và sách về chủ đề này. Hình như *chả có gì giống như thế trên thế giới.* Pho-mát không kem là thứ *chuyên chở* dầu tuyệt vời. Khi dầu hạt lanh có thành phần Omega 3 cao đi đến tường tế bào (màng), nó vây quanh với sức hút nhỏ "hít" ô-xy "vào". Quá trình ô-xy hóa này của tế bào đã được biết đến từ năm 1931 như cách chính yếu để làm tế bào khỏe lên và tiêu diệt các tế bào ung thư.

Đây là trích dẫn từ một cuốn sách chúng tôi muốn bạn đọc. Chúng tôi sẽ cho bạn biết làm thế nào để có được nó *MIỄN PHÍ* chỉ trong một phút. Nó được gọi là *Hướng dẫn sức khỏe ung thư* (Wellness Cancer Guide) từ Trung tâm Budwig, một phòng khám ở Malaga, Tây Ban Nha:

"Theo bác sĩ Budwig, lý do cho hoạt tính chống ung thư trong phương pháp của bà là dầu hạt lanh kết hợp với pho-mát Đức hay pho-mát không kem thúc đẩy ô-xy hóa sinh học. Khi bà làm phân tích máu thì thấy một chất màu vàng xanh lạ ở vị trí đáng lẽ là của ô-xy hồng cầu khỏe mạnh mang hemoglobin. Điều này giải thích lý do tại sao bệnh nhân ung thư bị suy yếu và thiếu máu. Đây là một phát hiện gây ngạc nhiên cho bác sĩ Budwig. Bà thấy rằng khi bệnh nhân của mình tiêu thụ dầu hạt lanh, pho-mát không kem và ngừng ăn các chất

béo hydro hóa xấu, thì các yếu tố xanh kỳ lạ trong máu được thay thế bằng các tế bào hồng cầu khỏe mạnh như phosphatide và lipoprotein. Sự suy yếu và thiếu máu biến mất, năng lượng cuộc sống đã được khôi phục. Các triệu chứng của bệnh ung thư, rối loạn chức năng gan và bệnh tiểu đường đã thuyên giảm rất nhiều trong nhiều trường hợp.

Ô-xy nhân tạo cưỡng bức không phải là một liệu pháp điều trị ung thư được khuyến nghị và bác sĩ Budwig chống lại nó. Cực lực đề nghị KHÔNG làm bất cứ liệu pháp ô-xy nào bởi vì bạn cần nồng độ ô-xy thấp hiện diện trong ty lạp thể, chứ không phải mức cao. Bạn đang dựa vào quá trình ô-xy hóa, không xử lý thêm ô-xy cho điện tử giàu dầu (hạt lanh và dầu cá) phát huy hiệu lực. Trong trường hợp ung thư, các tế bào ung thư bị lỗi mất khả năng hít thở một cách chính xác vì các mảng chất béo được tiêu thụ trong chế độ ăn uống điển hình của phương Tây. Không có lượng ô-xy nào trong không khí giúp được một người bị ung thư vì tình trạng ung thư gây ra vấn đề về khả năng sử dụng ô-xy của một tế bào. Các Chế định Budwig khôi phục khả năng thở của tế bào. Nó cho phép ô-xy chúng ta lấy vào qua hô hấp làm việc như mong đợi."

Dưới đây là trích dẫn chúng tôi hi vọng sẽ thu hút sự chú ý của bạn vào chủ đề này.

Bác sĩ ung thư phát biểu

Năm 1990, bác sĩ Dan C. Roehm – *bác sĩ ung thư và tim mạch* – có bài viết đăng trong *Thư cho bác sĩ và bệnh nhân* (Townsend Letter For Doctors & Patients). Ông nói:

"Chế độ ăn này không còn nghi ngờ gì nữa là *chế độ ăn chống ung thư thành công nhất thế giới*. Những gì bác sĩ Budwig *giải thích khi tôi còn chưa tin, tôi* hoàn toàn thỏa mãn mà khẳng định rằng: UNG THƯ LÀ DỄ CHỮA. *Phương pháp điều trị là chế độ ăn/lối sống, có hiệu ứng ngay; tế bào ung thư bị yếu đi và dễ bị tổn*

thương; điểm tan vỡ hóa sinh chính xác đã được bà xác định từ năm 1951 *và đặc biệt chính xác trong thí nghiệm cũng như trong thực tế."*

Tôi chỉ mong tất cả bệnh nhân ung thư của tôi đều có bằng Tiến sĩ hóa sinh và Vật lý lượng tử để họ có thể thấy được chế độ ăn này sử dụng cùng nhau có kỹ xảo tuyệt vời *như thế nào. Đây là một điều kỳ diệu.*

Năm 1967, bác sĩ Budwig đã nói trong buổi phỏng vấn trên Đài phát thanh Nam Đức mô tả các bệnh nhân đã thất bại với phẫu thuật và xạ trị mới đến với bà:

'Thậm chí trong những trường hợp như thế này vẫn có thể phục hồi sức khỏe trong vài tháng *là nhiều, tôi xin thành thật, đến* 90% trường hợp.'

Điều đó chưa bao giờ bị phủ nhận, sự hiểu biết này đã từ lâu đến bờ bên này của đại dương, đúng vậy không? Điều trị ung thư có thể là rất đơn giản *và* rất thành công *khi bạn biết làm thế nào. Những người quan tâm đến ung thư không muốn bạn biết điều đó.*

Xin những ai trong các bạn bị căn bệnh này (và tôi kể cả gia đình và bạn bè của bạn) hãy tha thứ cho những kẻ vô lại đã giữ kín thông tin đơn giản này quá lâu không cho bạn biết.

[ký tên] bác sĩ Dan C. Roehm, FACP"

Bạn có thấy bác sĩ Roehm là bác sĩ ung thư và tim mạch và là một "Thành viên của trường bác sĩ Mỹ" *(American College of Physicians – FACP)*? Quan điểm của ông dựa trên những quan sát các bệnh nhân trong thực tế. Cũng cần lưu ý con số 90% của bác sĩ Budwig *không gồm những người qua hóa trị!* Đừng giảm đi lợi thế của bạn bởi chạy hóa trị.

Đây là trích đoạn của một bác sĩ danh tiếng:

"Nhà khoa học nghiên cứu ung thư hàng đầu châu Âu, bác sĩ Johana Budwig đã phát hiện ra một công thức hoàn toàn tự nhiên

không chỉ bảo vệ chống lại sự phát triển của ung thư, mà cả những người bị chẩn đoán ung thư không chữa được và trả về nhà chờ chết *trên toàn thế giới đã thực sự được* cứu *nay đang có cuộc sống khỏe mạnh bình thường.*

Tiến sĩ bác sĩ Robert Willner".

Phép màu

Liệu có phải chúng tôi đã gạt bỏ ý kiến rằng không thể có *một phép chữa trị chung* cho tất cả các loại ung thư? Không phải thế. Tuy nhiên, nếu là bạn chúng tôi sẽ ngồi bật dậy và để tâm đến phương pháp điều trị đặc biệt này? Chắc chắn là như thế! Chúng tôi hi vọng giờ đây bạn đủ tin tưởng rằng chúng tôi đã không nhấn mạnh đến mức này trừ khi chúng tôi đã *hoàn toàn bị thuyết phục rằng* bạn nên thử nó. Cả hai chúng tôi đang ăn hàng ngày để phòng ngừa.

Đó là gì?

Đơn giản đến mức như vô lý. Sau 30 năm nghiên cứu về các chất béo và ảnh hưởng của chúng lên tế bào của chúng ta, bác sĩ Budwig đi đến kết luận *pho-mát không kem và dầu hạt lanh* là một cách phòng ngừa hiệu quả *VÀ LÀ HỖN HỢP CHỮA LÀNH* ung thư và rất nhiều bệnh khác.

Dầu hạt lanh/Pho-mát không kem hay *FO/CC* như nhóm thảo luận trên mạng ám chỉ rất dễ làm. Đơn giản trộn 170ml pho-mát không kem hữu cơ *(không chất bảo quản)*, 1% hay 2% chất béo với *sáu thìa dầu hạt lanh*. Sáu thìa là khoảng 85ml. Các thành phần đó đều sẵn có ở các cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh ở hầu hết mọi nơi trên thế giới. Đây là liều cho bệnh nhân ung thư – *hàng ngày*. Có thể chia đôi làm hai lần – sáng và chiều để dễ ăn. Tuy nhiên, vì nó ô-xy hóa nhanh nên phải ăn càng sớm càng tốt sau khi trộn xong.

Bác sĩ Budwig sử dụng pho-mát Đức, tương tự như pho-mát không kem ở châu Âu. Chỉ khi bạn bị buồn nôn từ hỗn hợp CC/FO lúc mới dùng thì bạn mới nên xem xét sử dụng sữa chua trong một thời gian ngắn trước khi chuyển đổi trở lại pho-mát Đức hoặc pho-mát không kem. Điều này được mô tả trong cuốn sách *Hướng dẫn sức khỏe ung thư* (Wellness Cancer Guide) đề cập ở trên.

Chỉ dẫn tốt nhất theo chế định Budwwig

Thay vì cố gắng sao chép hướng dẫn đầy đủ không chỉ về chế định Budwig, mà còn toàn bộ chế độ ăn uống lành mạnh, chúng tôi đề nghị bạn vào trang web để tải về một bản sao MIỄN PHÍ *Hướng dẫn sức khỏe ung thư* (Wellness Cancer Guide) mà chúng tôi đề cập ở trên. Trang web là: http://www.BudwigCenter.com.

Chúng tôi đề nghị đầu tiên bạn in ra 70 trang đầu của cuốn sách này. Nó sẽ cung cấp cho bạn rất nhiều lời khuyên cụ thể về chế định Budwig và rất nhiều chủ đề khác – chế độ ăn uống lành mạnh, xét nghiệm nước tiểu Navarro HCG (xem bên dưới), nhiều phương pháp điều trị tại nhà khác nhau và tất cả các phương pháp điều trị sử dụng tại phòng khám tuyệt vời này (xem Chương 6 để biết thêm chi tiết về phòng khám này).

Chúng tôi thêm một gói nhỏ stevia làm chất ngọt và một ít hạnh nhân, óc chó, dâu tây, việt quất hoặc tất cả những thứ trên. Nó là một "sinh tố" ngon miệng. Quả việt quất và quả hạnh (không phải lạc) là thức ăn chống ung thư.

Bác sĩ Budwig nói bạn có thể dùng máy xay sinh tố (đổ FO/CC vào *SAU KHI* đã trộn đều bằng máy xay sinh tố). Sau khi hai thành phần này được trộn đều, để yên khoảng 5-8 phút trước khi bạn cho chúng vào trong máy xay sinh tố. Cả hai thứ đều lạnh (lấy ra từ tủ lạnh) nên phản ứng hóa học mà bạn cần sẽ *lâu hơn một chút* khi các thành phần bị lạnh.

Khi hai thành phần đã trộn đều, cho thêm một ít quả việt quất, quả hạnh và cho máy xay sinh tố chạy ở chế độ "hóa lỏng" để sinh tố ngon hơn. Có thể bạn sẽ cần phải thêm một chút nước tinh khiết hoặc một ít sữa hạnh nhân không đường để *pha loãng hỗn hợp đặc* này.

Chúng tôi thấy hợp chất này rất *đầy đủ đạm* (pho-mát không kem hay pho-mát Đức) để ăn sáng và tôi không thấy đói đến tận 3 giờ chiều. Bạn sẽ thấy khi chúng ta nói về "chế độ ăn chống ung thư" thì đó là một dấu cộng lớn. Chúng ta có nhiều năng lượng. Thành thật mà nói, chúng tôi cũng ăn chuối hay vài thứ trái cây khác cùng với nó vào buổi sáng. Đấy là *bữa sáng rất đầy đủ*.

Nó làm việc thế nào?

Lý thuyết đằng sau sự phối hợp kỳ lạ đó là gì? Bác sĩ Budwig nói sự vắng mặt của *a-xít linoleic* trong chế độ ăn của phương Tây phải chịu trách nhiệm về việc sản sinh ra ô-xy hóa gây tăng trưởng ung thư và là nguyên nhân của rất nhiều rối loạn kinh niên khác. Việc sử dụng ô-xy trong cơ thể (một trong những cách tốt nhất để "tẩy trừ" tế bào ung thư) có thể được kích thích bằng *hợp chất protein có chứa sunphurich*, nó làm hòa tan dầu nước và có sẵn trong pho-mát, quả hạnh, hành và cây tỏi tây như củ tỏi tây, hành tăm, hành và tỏi ta, và *ĐẶC BIỆT TRONG PHO-MÁT KHÔNG KEM*.

Dầu hạt lanh và pho-mát không kem (hoặc pho-mát Đức) cần được *trộn đều và ăn cùng* mới có hiệu quả. Chúng hiệp lực với nhau. Nói cách khác, cái này kích hoạt những đặc tính lành mạnh của cái kia. Pho-mát không kem *mất hết đặc tính sữa* (casein, lactoza…) trong hỗn hợp đó. Chúng tôi biết nhiều người "không hấp thụ được đường lác-tô-za trong sữa" khi ăn hỗn hợp này hàng ngày vẫn không bị phản ứng.

Điều quan trọng là phải giữ dầu trong tủ lạnh, trong chai màu tối, nhất là khi đã mở. Ánh sáng và nhiệt nhanh chóng làm nó ôi. Mỗi lần Bill mua tám chai loại 340 gram từ Barlean. Họ chuyển thẳng đến cho ông nên *rất tươi.* Trong hơn chín năm sử dụng, Bill không gặp vấn đề gì về dầu bị ôi cả. Dưới đây là số lần gọi đến Barclean để đặt mua dầu cho bạn.

Chương trình đặc biệt cho bệnh nhân ung thư

Nếu bị chẩn đoán ung thư, bạn cần phải biết về một chương trình đặc biệt tại Barlean. Theo chúng tôi (và bác sĩ Budwig), họ là *nhà sản xuất dầu hạt lanh hàng đầu.* Họ còn có một *chương trình giá đặc biệt* cho bệnh nhân ung thư ở Mỹ. Hiện họ đang bán dầu và hạt lanh đất cho bệnh nhân ung thư với giá bán buôn. Những gì bạn phải làm chỉ là gọi đến số (800) 445 – 3529 (giờ Đông). Họ không thể bán giá ưu đãi đó cho khu vực ngoài nước Mỹ.

Hãy tin chúng tôi, với giá dầu như trong cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh, đây là một chương trình rất hào phóng mà bạn nên tận dụng. Ngoài ra, Barlean chuyển hàng trực tiếp cho bạn vào buổi sáng sau khi các hạt được ép để làm dầu. Nó chắc chắn là *dầu tươi* bạn có thể có được.

Nếu bạn muốn có một hướng dẫn rõ ràng, ngắn gọn cho chế độ ăn của bác sĩ Johanna Budwig từng được sử dụng để chữa lành bệnh nhân ung thư của bà, bạn cần phải đặt mua một đĩa DVD từ Amazon.com. Đĩa đó được gọi là *Một ngày trong cuộc sống với chế độ ăn Budwig* (A Day in the Life of the Budwid Diet.)

Vậy, chỉ ăn hợp chất FO/CC với hạt lanh đất rồi chiêu thêm bánh burger, khoai tây chiên và sô-cô-la… KHÔNG! Như bạn có thể trông đợi, FO/CC là một phần của lối sống thay đổi chú trọng thức ăn *không chế biến* và không chứa "hy-đrô hóa". Chúng ta sẽ nói về "không – không" trong mục chế độ ăn chống-ung thư ở phần sau chương này.

Công thức của bác sĩ Budwig bao gồm cả một *kế hoạch ăn hoàn chỉnh*, kể cả dầu lanh "để phết bánh", dùng với trái cây, khoai tây hoặc hạt ngũ cốc như gạo, kiều mạch hay kê. Cũng có thể thêm nước sốt ngọt và súp. Có cả dầu lanh "rưới" dùng với sa-lát hoặc bánh mì kẹp dưỡng sinh.

Nếu bạn muốn nhận được khoảng 175 công thức nấu ăn và rất nhiều thông tin về công việc của bà, thì nguồn tốt nhất là cuốn sách về Chế độ ăn Budwig được cháu trai bà, bác sĩ Armin Grunewald cập nhật và phát hành vào năm 2011. Cuốn đó có tên *Chế độ ăn phòng chống bệnh tim mạch vành và ung thư Budwid* (The Budwig Cancer and Coronary Heart Disease Prevention Diet).

Chúng tôi thiên về "làm đơn giản, thân thiện" (nguyên tắc KISS cũ). Bạn có thể theo hoàn toàn chế độ ăn của bác sĩ Budwig nếu bạn muốn. Tất cả chúng tôi có thể nói với bạn là "những gì chúng tôi sẽ làm nếu chúng tôi là bạn". Chúng tôi sẽ làm theo *FO/CC*. Phần còn lại của thói quen ăn uống trong chế độ ăn của chúng tôi sẽ được trình bày ở phần sau chương này.

Tính Khoa học

Trong cuốn *Những liệu pháp ô-xy* (Oxygien Therapies) xuất bản năm 1991, Ed McCabe đưa ra quan điểm này về a-xít béo:

"Các tế bào máu đỏ trong phổi chối bỏ các-bon đi-ô-xít và lấy ô-xy. Sau đó chúng được chuyển đến vị trí tế bào qua các mạch máu từ đó giải phóng ô-xy vào trong huyết tương. Ô-xy giải phóng bị 'hấp dẫn' bởi các tế bào do 'cộng hưởng' của 'cặp điện tử' gia tăng ô-xy hóa các a-xít béo. Nếu không ô-xy không thể làm việc trong tế bào. *'Điện tử giàu a-xít béo' đóng* vai trò quyết định *trong các enzyme hô hấp, đó là nền tảng của ô-xy hóa tế bào…*

Đừng ăn tí hy-đrô hóa nào (như bơ thực vật margarine hoặc thức ăn chiên) *vì nó cản trở xử lý bằng ô-xy. Tránh các sản phẩm 'hy-đrô hóa'.*

Chúng ta phải ăn những a-xít béo thiết yếu không sinh cholesterol để gia tăng xử lý bằng ô-xy. Chúng có ở ca-rô-ten tự nhiên, nghệ tây và DẦU HẠT LANH".

Bác sĩ David Williams, một trong những bậc thầy về sức khỏe mà chúng tôi ngưỡng mộ, đã thêm 4 a-xít béo thiết yếu (essential fatty acids – EFA) vào công thức Ích Lợi Mỗi Ngày của ông năm 2003. Một bài viết trong bản tin của ông thúc giục chúng ta *gia tăng mạnh mẽ* việc ăn vào a-xít béo *Omega-3*, công thức chính xác của dầu hạt lanh.

Dưới đây là đoạn "quảng bá" về điều đó mà Bill mới nhận được gần đây từ bác sĩ Williams năm 2003:

"Trong trường hợp bạn chưa nghe thấy tin tức quan trọng, thì bác sĩ Williams vừa đưa thêm một hỗn hợp a-xít béo thiết yếu (Essential Fatty Acids – EFA) mới và mạnh cho Ích Lợi Mỗi Ngày. Những EFA này, đặc biệt là omega-3 là then chốt cho tim mạch, cholesterol, huyết áp, chức năng não bộ, hệ miễn dịch, khớp và cho mọi hệ trong cơ thể bạn".

Đừng quan tâm sự khác nhau giữa các a-xít béo Omega-3, Omega-6 và Omega-9. Chỉ thừa nhận Omega-3 là *một đối một* với Omega-6 trong chế độ ăn để cơ thể bạn làm việc đúng. Tỉ lệ chế độ ăn "bình thường" ngày nay là *một* Omega-3 *hoặc không* Omega-3 có đến *20 hoặc 30* Omega-6. Nói cách khác chúng ta có lượng thừa *KHỔNG LỒ* về Omega 6.

Công trình của bác sĩ Budwig xác nhận sự thiếu cân bằng này được tạo nên bởi "hy-đrô hóa" chất béo trong thực phẩm chế biến, bơ thực vật,... sinh ra những ốm yếu ta đang chịu đựng. Hàng loạt các nghiên cứu đã chỉ ra rằng mức độ Omega-3 điển hình trong cơ thể chúng ta là *80% dưới mức bình thường*. Dầu hạt lanh khi trộn với pho-mát không kem hoặc pho-mát Đức khôi phục lại sự cân bằng đó. Kết thúc câu chuyện khoa học.

... Nhưng nó có tác dụng thật không?

Hãy *hoài nghi* mọi ý tưởng mới hùng hồn tuyên bố về *sức khỏe*. Khi bị ung thư, điều này càng *cần thiết*. Đầu tiên chúng tôi khá nghi ngờ phương pháp điều trị này. Bill tham gia nhóm thảo luận trên mạng và lọ mọ theo cách của ông qua trao đổi 20-25 email một ngày. Có thể bạn cũng làm thế nếu bạn thích. Tất cả những gì phải làm là gửi một email đến: FlaxseedOil2-subcribe@yahoogroup.com

Có lẽ chúng tôi có thể tránh cho bạn nhiều phiền toái. Sau khi đọc những tin của nhóm này khoảng 3 tuần, Bill hoàn toàn tin chắc chúng là thông tin đầy ý nghĩa cho *TẤT CẢ* bệnh nhân ung thư.

Trước hết, hầu như tất cả 4.000 người gì đó tham gia là bệnh nhân *phục hồi khỏi ung thư* và các bệnh khác (tai biến, tiểu đường...). Thứ hai, tất cả họ, không ngoại trừ ai, đều hoàn toàn tin chắc sự phục hồi của họ là kết quả phương pháp của Budwig. Người sáng lập nhóm thảo luận là *Clifford Beckwith* được chữa khỏi *ung thư tiền liệt tuyến giai đoạn bốn* trong những năm đầu của thập niên 1990 nhờ công thức của bác sĩ Budwig. Anh là *người cổ súy* cho phương pháp điều trị này cho đến khi anh mất (không phải vì ung thư tiền liệt tuyến) vào năm 2006.

Nếu bạn muốn đọc toàn bộ ý kiến của Clifford Beckwith về kinh nghiệm sử dụng FO/CC, cả kinh nghiệm *đúng và không đúng* để điều trị, hãy truy cập trang: http://www.beckwithfamily.com/Flax1.html

FO/CC chữa được những bệnh nào?

Công thức của bác sĩ Budwig được sử dụng chữa bệnh ở châu Âu cho phòng ngừa và điều trị: Ung thư; xơ cứng động mạch, tai biến, nhồi máu cơ tim, tim đập không đều, gan (thoái hóa mỡ), phổi (giảm co thắt cuống phổi), ruột (điều chỉnh hoạt

động), loét dạ dày (dịch vị trở lại bình thường), tiền liệt tuyến (phì đại), viêm khớp (đưa vào tác động dễ chịu), ec-ze-ma (hỗ trợ các bệnh về da), tuổi già (cải thiện rất nhiều cơn đau), não bộ (tăng cường hoạt động), hội chứng suy giảm miễn dịch (bệnh đa xơ cứng, bệnh tự miễn dịch như lu-pút ban đỏ).

Một số chứng thực

Dưới đây là một số chứng thực thú vị.

Bác sĩ Siegfried Ernst

17 năm trước, bác sĩ Ernst bị ung thư và phải mổ cắt bỏ dạ dày. Hai năm sau, ông bị tái phát và được đề nghị chạy hóa trị – phương pháp điều trị ung thư duy nhất thời điểm đó. Có rất ít hi vọng sống vì gần như tất cả những ai bị tái phát loại ung thư này hiếm khi kéo dài [sự sống] được một năm.

Bác sĩ Ernst biết rõ hóa trị không chỉ không hiệu quả đối với loại ung thư của ông mà còn hủy hoại hoàn toàn chất lượng cuộc sống, nên ông từ chối. Ông quay sang bác sĩ Budwig và công thức của bà để cầu cứu. Ông đều đặn tuân thủ công thức của bác sĩ Budwig và 15 năm sau, chẳng hề bị tái phát ung thư nữa. Sức khỏe ông tuyệt vời và không mỏi mệt dù đã ngoài 70 tuổi.

Maria W.

Maria W. kể lại câu chuyện của mình: *"Tôi được vị chuyên gia giỏi nhất trong các bác sĩ bảo rằng tôi phải mổ để cắt bỏ khối u ung thư gây sưng bên dưới mắt. Họ giải thích là ở bên trong kích thước khối u còn lớn hơn và xương bị ảnh hưởng nghiêm trọng. Khối u ác đã phát triển quá mức để có thể làm xạ trị. Các bác sĩ đã lên kế hoạch cắt bỏ phần lớn cơ mặt và xương. Tôi lo lắng cho cuộc sống của mình, nhưng là phụ nữ còn trẻ, tôi không thể chịu nổi ý nghĩ làm xấu xí mặt mũi như thế.*

Khi biết công thức tự nhiên của bác sĩ Budwig, tôi đã hoài nghi nhưng đánh liều thử áp dụng. Sau bốn tháng với chế độ đó, sưng tấy dưới mắt trái tôi đã biến mất hoàn toàn. Các bác sĩ làm cho tôi rất nhiều xét nghiệm mệt lử người. Một người bảo tôi: 'Nếu không có phim X-quang trước đây và bệnh án trước mặt, thì tôi không tin cô từng bị ung thư. Khó mà tìm ra dấu hiệu nào còn lại của ung thư.' Tôi chả bao giờ nghĩ dùng công thức của bác sĩ Budwig lại thành công đến thế. Cả gia đình tôi hết sức vui mừng".

Sandy A.

Khám nghiệm của Sandy A. đã phát hiện chảy máu màng não do khối u não không mổ được. Các bác sĩ thông báo cho Sandy rằng tình trạng của anh vượt quá khả năng trợ giúp của y tế. Với mong muốn của anh, Sandy được ra viện và về nhà để chết trong an bình.

Một người bạn đã thuyết phục Sandy sử dụng công thức của bác sĩ Budwig. Sandy viết:

"Từ khi tôi theo chế độ Budwig, chứng liệt ở mắt, cánh tay và cẳng chân lui dần từng ngày. Sau thời gian ngắn, tôi đã có thể đi tiểu bình thường. Sức khỏe của tôi cải thiện rất nhanh và tôi sớm có thể trở lại làm việc bán thời gian. Ngay sau đó, tôi khám lại ở Trung Tâm Nghiên Cứu (Research Center) và kết quả hoàn toàn bình thường. Chế độ ăn Budwig đã cứu đời tôi! 10 năm sau, tôi lại khám toàn diện ở Trung Tâm để theo dõi. Sự phục hồi không thể tin nổi của tôi được viết trên rất nhiều tạp chí y học và tôi trở thành, như họ gọi, 'trường hợp giáo khoa' và tất cả là nhờ chế độ ăn đơn giản của bác sĩ Johana Budwig".

Timmy G.

10 năm trước Timmy G. được chẩn đoán bị u lymphô Hodgkin. Timmy bị mổ và trải qua 24 liều xạ trị cộng với các liệu pháp thí nghiệm mà các nhà chuyên môn hi vọng mong manh sẽ cứu giúp được.

Khi Timmy phản ứng xấu đối với những cách điều trị, em được bệnh viện trả về và dự đoán thời gian sống của em chỉ còn sáu tháng nữa.

Cha mẹ Timmy tuyệt vọng liên lạc với các chuyên gia trên khắp thế giới. Một tờ báo nổi tiếng nắm lấy trường hợp của Timmy và chạy các bài xã luận nài xin ai đó xung phong thắp hi vọng sống cho em bé. Tất cả các chuyên gia phản hồi đều khẳng định: Không có hi vọng hoặc trợ giúp nào khả quan cho Timmy.

Vào thời điểm đen tối ấy, phép màu mà gia đình em cầu nguyện đã xảy ra!

Mẹ Timmy kể câu chuyện của bà với báo chí: *"Một người bạn gửi cho tôi mẩu in về một trong những bài nói chuyện của bác sĩ Budwig. Tài liệu ấy đã cho chúng tôi hi vọng và tôi liên lạc với bác sĩ Budwig.*

Chỉ trong năm ngày *(theo chế độ Budwig) hơi thở của Timmy đã trở nên bình thường lần đầu tiên sau gần hai năm.*

Từ hôm ấy, Timmy đã bắt đầu thấy khỏe trở lại. Em quay lại trường học, *bắt đầu bơi và làm thủ công vào mùa đông. Ai biết em cũng nói trông em rất khá".*

Khi 21 tuổi, Timmy tỏ ra đầy triển vọng trong học tập ở trường đại học. Cậu biết rằng cậu nợ bác sĩ Budwig cuộc sống và cậu cảm ơn bà hàng ngày trong lời cầu nguyện của cậu.

Chuyện gì đã xảy ra với bác sĩ Budwig

Bác sĩ Budwig sống đến năm 2003 khi bà đã 96 tuổi. Bà đã dành cả năm 1999 giảng ở châu Âu. Bà được đề cử *bảy lần giải Nobel* trong suốt hơn 50 năm luận giải về dầu trong cơ thể người và chữa trị bệnh nhân ung thư. Những thành viên có thế lực của cộng đồng y học phép chữa đối chứng và chế biến thực phẩm (đặc biệt là bơ thực vật) luôn luôn cản trở phần thưởng danh dự xứng đáng ấy của bà.

Tổng kết

Đừng phản đối. Đừng trì hoãn. Đừng "chờ để nói với bác sĩ". Rất ngắn gọn, *cứ dùng đi!*

Đó là đồ ăn. Nó không đắt. Nó thay thế một đến hai bữa ăn trong ngày. Nó không hại bạn, trừ phi dầu bị ôi thiu, điều này không có gì để nghi ngờ. Dầu sẽ lên mùi. Nếu thấy mùi và vị bất thường thì đừng dùng. Trả lại cửa hàng và mua dầu tươi mới.

Nhiều chuyện phiếm trong nhóm trao đổi trên Yahoo… dầu gắt hơn so với dầu mộc, hạt lanh đất bổ sung vào dầu hay không, trộn bằng tay hay máy, thêm hương liệu với… vâng, bạn gặp các ý tưởng. *Không ai trong nhóm ấy e ngại về hỗn hợp này.* Họ cứ ăn và thấy khỏe.

Đừng tiếp tục chế độ ăn "bình thường" mà hi vọng sẽ khỏe mạnh. Đó là suy nghĩ đúng đắn nhất và là một *cam kết suốt đời.* Xin đừng bỏ cuộc sau 3 – 12 tuần, nó đang cứu bạn, bạn sẽ **rất tiếc** đấy. Đừng làm thế! Hãy biến nó thành thói quen hàng ngày của chúng ta.

Chống ô-xy hóa và chế độ ăn Budwig

Chúng tôi thường được hỏi tại sao những người ở các nhóm trao đổi trên Yahoo (xem ở trên) cứ khăng khăng là chất chống ô-xy hóa *không tương thích* với hỗn hợp FO/CC. Đâu đó trong các bài giảng của mình, bác sĩ Budwig đã phát biểu việc bổ sung, kể cả chất chống ô-xy hóa, là không cần thiết và có thể cản trở những tác động của FO/CC lên các tế bào.

Bất kể những gì bạn có thể đọc ở nhóm trao đổi trên Yahoo, chất chống ô-xy hóa *không cản trở* FO/CC. Như chúng ta đã thảo luận ở trên, các gốc tự do là nguồn chính gây tổn hại cho các tế bào. Quét sạch chúng với chất chống ô-xy hóa là cần thiết khi sử dụng hỗn hợp FO/CC. Hoàn toàn *không có bằng chứng* cho thấy

hai thứ đó không tương thích. Chúng tôi đã tìm kiếm tính khoa học phía sau cảnh báo này và không thấy gì. Mặt khác, các chất bổ sung chúng tôi đề nghị được phát hiện sau nhiều nghiên cứu và rất lâu sau khi bác sĩ Budwig hoàn thành nghiên cứu giá trị của bà.

Những gì bạn sẽ nghe được trích dẫn trên "nhóm trao đổi" là một ý kiến phát biểu của bác sĩ Budwig, cái đó không có cơ sở khoa học. Chế độ ăn do chúng tôi khuyên dùng, như bạn sẽ thấy, bao gồm vài món tác động như chất chống ô-xy hóa hiệu quả. Chúng cần thiết cho sức khỏe và chúng ta dùng hàng ngày, cùng với FO/CC. Từ năm 2000, hàng ngàn bệnh nhân ung thư đã theo chế độ chúng tôi khuyên và nay họ đều khỏe.

Nếu bạn có bất kỳ nghi ngờ gì về điều này, tôi đề nghị bạn tìm kiếm các chủ đề về "Chống ô-xy hóa và Hóa trị" trên công cụ tìm kiếm ưa thích của bạn. Bạn sẽ thấy rằng các cáo buộc tương tự – chất chống ô-xy hóa cản trở hóa chất – được các chuyên gia ung thư thực hiện trong nhiều năm *mặc dù hàng trăm nghiên cứu chứng minh điều này là không đúng sự thật.* Trong thực tế, nếu bạn cứ nhất định dùng hóa chất, thì một trong những cách tốt nhất để bù đắp những tác dụng phụ dữ dội là *dùng chất chống ô-xy hóa.* Nhưng "tranh luận vẫn tiếp tục" giữa các chuyên gia ung thư. "Hãy cẩn thận. Những cái này sẽ cản trở hóa trị của bạn."

Nếu bạn được bảo rằng đó là vô nghĩa, thì hãy kính cẩn đề nghị họ đưa ra tham chiếu để chứng minh xác nhận đó. Đừng ngạc nhiên nếu bác sĩ ung thư cuốn phăng bạn đi, hoặc ăn nói cộc lốc với bạn. Nhưng cuộc sống của ai đây?

Các báo cáo tại nhóm trao đổi FlaxseedOil2 và các nguồn khác về chủ đề này, theo ý kiến của chúng tôi, phản ánh đồng thời việc bỏ qua thực tế và bám chặt lấy phát biểu ứng khẩu của bác sĩ Budwig.

Nếu bạn có bất kỳ lo âu nào về điều này, xin *cách ra một vài giờ* giữa dùng FO/CC và chất chống ô-xy hóa trong chế độ ăn.

Hãy tin chúng tôi, chúng tôi không thấy đó là cần thiết. Chúng tôi thực hiện chế độ ăn mà chúng tôi khuyên dùng (xem dưới đây) hàng ngày. Chúng tôi đều có sức khỏe gần như hoàn hảo.

Cần thêm bằng chứng ư? Hay muốn đọc thêm vài cuốn sách? Dưới đây là một vài thứ sẵn có và giá rẻ.

Chữa trị ung thư Breuss: Lời khuyên về phòng ngừa và điều trị ung thư tự nhiên, bệnh bạch cầu và những bệnh như Nan y khác (The Breuss Cancer Cure: Advice for the Prevention and Natural Treatment of Cancer, Leukemia and Other Seemingly Incurable Diseases) của Rudolf Breuss giá Amazon: 11 đô-la.

Làm thế nào để chống và chiến thắng ung thư (How to Fight Cancer and Win) của William L. Fischer. Giá Amazon: 19.95 đô-la. Kể cả ba chương về chế định của bác sĩ Budwig.

Bác sĩ Matthias Rath – Vitamin C & Lysine/Proline

Tiếp theo chúng tôi muốn đưa hỗn hợp vitamin C, I-Lysin và I-Proline vào chế độ chống ung thư của chúng tôi. Lysin và Proline là amino a-xít phổ biến. Như chúng tôi đã nêu ở Chương 1, hỗn hợp này do bác sĩ Matthias và bác sĩ Linus Pauling phát minh khoảng giữa thập niên 1980. Về sau được tăng cường thêm chiết xuất chè xanh, nhờ đó hiệu suất tăng được 30%. Hỗn hợp này *ức chế quá trình di căn (lan truyền) của tế bào ung thư.*

Nếu bạn bị ung thư, một trong các ưu tiên hàng đầu là *giảm tốc độ hoặc ngưng lại quá trình di căn.* Di căn và tác động của nó lên các cơ quan, máu, não bộ, xương tủy,… là thứ làm cho ung thư khó chữa trị hơn, nhưng *KHÔNG PHẢI* không thể.

Có nhiều lý do để chúng tôi khuyên dùng hỗn hợp này như phép điều trị chính yếu. Giống với hai loại điều trị đầu tiên, phép điều trị này *nhẹ nhàng, không độc hại và sẵn có.* Giống FO/CC, hỗn hợp này không đắt. Không phải mua từ bác sĩ Rath mà

từ *Our Health Co-op*. Chúng tôi sẽ nói thêm về điều này ở phần sau. Và sau cùng, nó còn cho bạn "phần thưởng" là *bảo vệ hoặc điều trị bệnh tim.*

Không thành phần nào trong công thức của bác sĩ Rath đắt tiền. Thực tế, các thành phần đều rất dồi dào và sẵn có. Tuy nhiên, các sản phẩm của ông (ông có nhiều) lại *khá đắt.* Nguyên nhân là vấn đề tiếp thị. Giống như các công ty dược, bác sĩ Rath chi rất nhiều tiền quảng cáo cho sản phẩm của ông.

Với hiệu quả của sản phẩm này cho *cả ung thư và bệnh tim* và quảng bá đã được 27 năm, chắc là có *hàng nhái.* Như nói ở trên, cách duy nhất để đánh giá các sản phẩm này là tính chính thống của nguồn hàng. May mắn cho bạn, thực sự có lựa chọn không đắt cạnh tranh với sản phẩm của bác sĩ Rath (Epican Forte…).

Our Health Co-op – nguồn hàng ưa thích của chúng tôi cho các sản phẩm tự nhiên không đắt (đại lý +5%) bán dưới tên *"Heart Plus"*. Thành phần gồm vitamin C, I-Lysie, I-Proline và quả tầm xuân. Trừ chiết xuất chè xanh, hầu như đồng nhất với Epican Forter của bác sĩ Rath. Our Health Co-op bán chiết xuất chè xanh riêng.

Giá của Our Health Co-op cho Heart Plus là *11,89 đô-la* (cuộn). Dùng cho một ngày sao? Không, có 180 viên (cho 30 ngày). Sản phẩm của bác sĩ Rath đắt hơn chừng sáu đến bảy lần.

Bạn có thể đọc về lý thuyết phía sau Heart Plus và bệnh tim tại:

http://www.OurHealthCoop.com/ourhealth he.htm

Vì bệnh tim là kẻ giết người số hai sau ung thư, nên sản phẩm này cho bạn *"trừ xui xẻo kép"*. Hiệu quả hơn nhiều so với thuốc giảm cholesterol "statin" vì không có hàng đống phản ứng phụ và một số tác hại như thuốc statin.

Đường link dẫn thẳng đến trang đặt hàng Heart Plus: http://store.ourhealthcoop.com/product p/he.htm

Để đặt hàng chiết xuất chè xanh có thể vào:

http://store.ourhealthcoop.com/product_p/gt.htm

Một tháng sử dụng (90 viên) giá 9,97 đô-la.

Nếu chúng tôi bị ung thư, chúng tôi sẽ uống 6 viên Heart Plus chia ba lần trong ngày cùng ba chiết xuất chè xanh tương ứng. Nó sẽ *giảm tốc độ hoặc ngưng lại hoàn toàn* sự phát tán ung thư.

Những sản phẩm này được giao đến khắp nơi trên thế giới.

Rau xanh và enzyme

Bob Davids Whips bị ung thư

Tháng 11 năm 2001, Bill được nghe Bob Davis kể chuyện của mình. Ông đã truyền cảm hứng cho Bill. Ông nghĩ rằng bạn cũng sẽ như thế. Bob là nguồn cung cấp cả kho thông tin về những phương pháp điều trị ung thư Y học bổ sung và thay thế *(Complementary and Alternative Medicine – CAM)*. Ông cũng sẽ chia sẻ với bạn. Dưới đây là câu chuyện của ông:

"Tôi đã 91 tuổi và đã vượt qua ung thư hai lần!

Tháng 4 năm 1996, tôi vào bệnh viện chụp X-quang. Họ phát hiện tôi có khối ung thư to. Một khối u ở bụng rộng 30cm và dày vài inch (1 inch = 25,4mm). Hơn nữa, tôi có một vài khối u ở ngực, một số trong đó 'bằng cỡ quả bóng mềm'. Đồng thời cũng xác định rõ tôi bị ung thư tủy xương. Tức khắc, tôi được nhập viện và bắt đầu chương trình chạy hóa trị rất nặng nề. Tôi chạy hóa trị tháng 4, 5 và 6 mà không có tác dụng gì. Có vẻ khối u đang ngày càng phát triển quá mạnh.

Khoảng giữa tháng 6, bác sĩ nói với tôi rằng hóa trị không có kết quả. Sau đó, ông bảo nếu tôi điều trị thêm nữa thì tôi có thể chết. Tôi

biết đó là sự thật vì cơ thể tôi đã bị hóa chất tàn phá. Tôi co quắp trong tư thế cái bào thai không thể ăn ngủ gì được. Tôi tiều tụy và đau đớn toàn thân không thể chịu nổi.

Tôi hỏi bác sĩ chúng ta sẽ làm gì nữa đây. Ông nói 'Thử… gì đó khác'.

Tháng 2 trước tôi gọi cho người bạn học bị viêm khớp nặng. Ông ấy không thể leo cầu thang hoặc lái xe. Tôi hỏi ông ấy sao rồi và ông nói 'Tuyệt vời!'. Ông bảo tôi rằng ông dùng thuốc thảo dược và hết đau viêm khớp sau ba tuần. Tôi hỏi đó là cái gì và ông ấy bảo 'Lá đại mạch xanh sấy khô'. Ông cho tôi số liên hệ và tôi đã đặt mua một chai cho vợ tôi đang bị viêm khớp.

Lúc đó khoảng giữa tháng 6 như nói ở trên, tôi nhận được cú điện thoại từ giám đốc công ty cung cấp thuốc đại mạch sấy khô [Florence Biros]. Bà hỏi tôi đã làm gì với thuốc. Tôi bảo tôi không dùng. Tôi lấy cho vợ tôi và thuốc giúp được bà ấy khi bà ấy nhớ uống thuốc.

Khi ấy thật may mắn tôi đã nói về cuộc sống của mình. Tôi nói,'tôi đang vật lộn với cuộc chiến khác'. Bà ấy hỏi tôi đó là cái gì và tôi bảo bà đó là ung thư. Bà ấy nói, 'Ồ, ông Davis, ông không biết phải không?' Tôi hỏi lại cái gì mà tôi không biết thế và bà nói, 'Ông không biết sao, ung thư và viêm khớp không thể phát triển trong một cơ thể kiềm?' Tôi bảo tôi chẳng hề nghe thấy điều đó trước đây. Nói gọn lại, tôi bắt đầu dùng thuốc và trong 10 ngày ung thư của tôi biến mất 95%! Quét CT lần tiếp theo cho thấy không có ung thư trong cơ thể và tôi thoát khỏi ung thư từ đó.

Tháng trước tôi vừa kiểm tra lại và tôi vẫn không bị ung thư. Tôi vẫn dùng 20-200 mg thuốc đại mạch xanh sấy khô mỗi ngày. Chi phí mua khoảng 85 cent gì đó.

Từ đó tôi chấp nhận chế độ ăn chay trường 95% (thỉnh thoảng tôi ăn bánh ga-tô sinh nhật với các cháu) và tôi thực sự thích. Tôi cảm thấy khỏe hơn khi còn 40 tuổi. Mọi người bảo trông tôi trẻ ra. Tôi có 'rất nhiều' năng lượng.

Tôi mong muốn chia sẻ thông tin về điều trị ung thư và những điều chung về sức khỏe. Thỉnh thoảng tôi nói trong các buổi mít-tinh về những chủ đề liên quan. Chủ đề ưa thích của tôi là ENZYME!!![về điều này những viên Barley Power có tổng cộng 3.000 trong cơ thể người].

Bob Davis

Hỗ trợ Phương pháp Điều trị Ung thư Thay thế

Đừng chần chừ liên hệ với tôi tại ACTS@intershop.net"

Bob là thế. Nếu bạn muốn có nhiều thông tin hơn từ ông, ông có và sẽ *chia sẻ với bạn.* Ông tự gọi mình là người truyền tin chứ không phải là người cố vấn. Cứ gửi email cho ông. Ông mới hoàn thành trang web:

http://www.cancer-success.com

Ông đã giao tiếp với các bệnh nhân ung thư khác trong 12 năm. Ông gửi Bill *40 thư điện tử* về các chủ đề CAM rộng lớn. Phần lớn trong đó là mới đối với Bill. Ông nói chúng tôi có thể chia sẻ mọi cái trong đó với bạn. Chúng tôi đang làm đúng như thế trong lần phát hành này của cuốn sách.

Cũng như George Freaner, một bệnh nhân 88 tuổi khác đã khỏi ung thư trong hệ thống của Bill, Bob là người *"ham thích" enzyme.* Nhiệt tình của họ đã thuyết phục được Bill, anh bạn trẻ (hê, ông ấy chỉ vừa 79!) thức tỉnh thúc đẩy enzyme. Bill đọc phần lớn cuốn sách khổ cỡ sổ điện thoại nhan đề *Sách hoàn hảo về liệu pháp enzyme* (The Complete Book of Enzyme Therapy) của bác sĩ Anthony J. Cichoke. Rất hay. Hầu hết mọi bệnh tật mà bạn có thể nghĩ đến đều có thể lần theo sự *thiếu hụt của enzyme này hay emzyme khác.* Bạn có nhớ điều chúng tôi đã nói về thực phẩm nấu chín ở trên không? Đúng thế. *Không enzyme.*

Có hơn 3.000 loại enzyme trong cơ thể chúng ta. Thật thú vị, theo nhà nghiên cứu bác sĩ Yoshihide Hagiwara thì đại mạch

xanh chữa khỏi ung thư của Bob Davis chứa tất cả 3.000 loại enzyme. Thậm chí trước khi kết thúc mấy chương đầu về "bộ bách khoa toàn thư" enzyme, cả Bill và gia đình ông dùng thứ Bob đã dùng.

Nếu bạn muốn thử, đó là "Barley Power" và do công ty Green Supreme sản xuất. Đóng trong lọ 200 hay 400 viên nén hoặc lọ 300 viên nang. Cỡ lớn hơn thì ít viên nén hay viên nang. Đặt mua tại trang web http://www.GreenSupreme.net của họ hoặc gọi (800) 38-0777 (ở Pennsylvania) hoặc (724) 946-9057 gọi từ ngoài nước Mỹ. Họ giao hàng đến mọi nơi trên thế giới.

Xin lưu ý rằng các đơn hàng đặt qua trang web phải trả giá bán lẻ. Để được giảm giá mà họ hỗ trợ bệnh nhân ung thư, bạn cần phải gọi điện thoại hoặc gửi email cho họ. Nhóm nhận đơn hàng của họ mở cửa thứ Hai đến thứ Sáu từ 8:30 – 16:30 giờ (Miền Đông). Địa chỉ email của họ là sales@greensupreme.net.

Đây là một sản phẩm bạn sẽ cần dùng "cho cuộc sống".

Nguồn khác

Nếu bạn muốn tìm nguồn khác thì vào:

http://store.outhealthcoop.com/product p/gp.htm

Xem sản phẩm của họ tên là *"Multi-Veggies" (Rau Tổng hợp).* 180 viên nang rau với rất nhiều loại "lá" và các thành phần khác, kể cả lúa mạch bán giá 9,59 đô-la.

Dùng đủ

Kinh nghiệm của Bob chỉ ra một điểm quan trọng khác. Khi bắt đầu điều trị, *hãy đảm bảo dùng đủ* để đạt hiệu quả bạn muốn. Bob dùng 20 viên Barley Power mỗi ngày. Không có chuyện "nửa liều" cho chàng trai này (ông ta cảm thấy như thanh niên 40 tuổi!).

Nói thêm, Bob Davis không có quan hệ tài chính với Green Power (hoặc bất kỳ các sản phẩm khác). Green Power hiện đang là nhà tài trợ của *chương trình phát thanh mạn đàm trên mạng của Bill* và do đó giúp ông trả các chi phí. Ông không có bất kỳ lợi nhuận từ chương trình đó. Ông chỉ đơn giản tin tưởng vào *sản phẩm của họ và tính chính trực của họ.*

Sự quan trọng của nồng độ pH

Bạn có nhớ Florence Biros. Bà là chủ công ty Green Supreme. Trong điều trị của Bob, bà là người đã nói *"Ông không biết sao, ung thư và viêm khớp không thể phát triển trong một cơ thể kiềm?"* Chính xác bà muốn nói về cái gì vậy?

Chất lỏng trong cơ thể bạn thay đổi thế nào đó suốt ngày theo mức độ là kiềm hay a-xít [trừ máu giữ trong khoảng hẹp theo cách cần thiết nào đó]. Cách dễ nhất (và ổn định nhất) để xác định trạng thái cơ thể đang là kiềm hay a-xít là *xét nghiệm nước bọt.*

Cùng số (800) nói trên chúng tôi cho bạn về "Barley Power", bạn có thể đặt mua một hoặc hai cuộn *dải thử pH*. Một cuộn 15 foot *(~4,6m)* giá khoảng 9,50 đô-la. Mỗi sáng khi lần đầu tiên thức dậy súc miệng bằng nước và làm gì đó, trừ ăn hoặc uống, trong 5-7 phút. Súc miệng làm sạch mọi cặn bã lúc đêm hoặc các chất lỏng tập trung trong miệng. Sau đó đặt *dải hai inch (50,80mm)* dưới lưỡi trong vài giây và nó sẽ chỉ cho bạn biết bạn đang ở đâu trong thang vạch kiềm và a-xít. Lý tưởng là 6,4 hoặc cao hơn một chút. Đây là cái được gọi là "lưu trữ kiềm" của bạn. Để khẳng định tính khoa học đằng sau phép thử này, vui lòng xem trang web nhiều thông tin:

http://biomedx.com/pH/page5.html

Với chế độ ăn a-xít điển hình của người hiện đại (loại trừ những ảnh hưởng của áp lực và chất độc chữa răng), phần đông

trong các bạn sẽ thấy độ pH của mình là 5,5 hoặc ít hơn. Nếu Barley Power hay enzyme tương tự tác động và các sản phẩm kiềm tính làm việc chính xác thì nó sẽ *điều chỉnh trong 2-3 tuần đến mức 6,4* và giữ nguyên thế nếu bạn tiếp tục dùng thuốc "Green" viên nén, viên nang hay bột.

Nếu muốn nhiều hơn nữa nền tảng và chi tiết về chủ đề này, bạn sẽ tìm thấy trong cuốn *Kỳ diệu pH: Cân bằng chế độ ăn, phục hồi sức khỏe* (The Miracle pH: Balance Your Diet, Reclaim Your Health) của Robert O. Young. Kiểm tra qua amazon.com cho thấy đã có bản cập nhật năm 2010 với giá 9,79 đô-la. Như một nhà phê bình nói: *"Tôi thấy sau khi xác định "nguyên nhân" của bệnh, bác sĩ Young tiếp tục theo dõi chứ không chỉ điều trị bệnh với viên thuốc như thông lệ!"*

Một số bệnh nhân hỏi về xét nghiệm pH nước tiểu. Thực sự không thành vấn đề. Thận có khả năng kiềm hóa hoặc a-xít hóa nước tiểu để đáp ứng những gì đang xảy ra trong máu. Có khả năng có nước tiểu tính a-xít và nước bọt tính kiềm. Để đơn giản, chúng tôi đề nghị dùng nước bọt.

Chế độ ăn chống ung thư

Điều quan trọng tiếp theo đối với bệnh nhân ung thư là một *chế độ ăn khác hẳn*. Nếu bạn có chế độ ăn hoàn hảo thì gần như chắc chắn bạn không bị ung thư. Không ai trong chúng ta có chế độ ăn hoàn hảo. *Nhưng giờ thì bắt buộc phải có!* Không đùa được.

Chuyên gia dinh dưỡng

Bill đã đọc ít nhất 15 cuốn sách của các nhà dinh dưỡng học và trao đổi với một số vị trong họ. Ông đi đến kết luận sau 11 năm nghiên cứu là tất cả lời khuyên của các chuyên gia dinh dưỡng đều là… *quan điểm* (trừ hai ngoại lệ). Vâng,

đúng thế. Nơi đây có rất ít tính khoa học. Có rất nhiều bất đồng. Cái là a-xít trong sách của một bác sĩ dinh dưỡng lại là kiềm trong sách khác, và v.v... Nó cổ súy cho rất nhiều nhầm lẫn trong những người trong chúng ta đang cố sửa đổi chế độ ăn của mình.

Chế độ ăn Atkin, ăn đúng cho bạn, chế độ biển Nam, Patrick Quilin "Chống ung thư bằng dinh dưỡng", Jordan Rubin "Chế độ ăn của Maker", Mike Anderson "Chế độ ăn & lối sống RAVE", Donna Gates "Chế độ ăn sinh thái cơ thể", Diana Dyer "Câu chuyện chế độ ăn ung thư", "Chế định Stockholm", bác sĩ Flavin Koenig "Thức ăn cần tránh" và "Thức ăn cần ăn" liệt kê cho bệnh nhân ung thư… *TẤT CẢ là quan điểm*. Tất cả chúng đều quá đơn giản. Mỗi người trong chúng ta đều khác nhau.

Để cung cấp cho cơ thể của chúng ta những gì cần để chữa bệnh, chúng ta cần phải biết *"loại chuyển hóa"* của chúng ta. Ví dụ, nếu bạn là người "ô-xy hóa chậm" với một hệ thần kinh đối giao cảm chi phối, bạn đã *quá kiềm*. Một chế độ ăn chay nghiêm ngặt sẽ chỉ làm cho tình hình tồi tệ hơn. Nếu bạn là người "ô-xy hóa nhanh" với hệ thần kinh giao cảm chi phối, bạn cần phải tránh đạm động vật và *tối đa các loại rau*. Một số trong chúng ta thuộc dạng cân bằng, chúng ta có thể ăn bất cứ cái gì chúng ta muốn. Đối với nhiều người, tránh đạm động vật là khôn ngoan, vì phải mất quá lâu để tiêu hóa và sử dụng hết năng lượng chúng ta cần phải giữ để chống lại ung thư.

Chủ đề này quá phức tạp để đi vào chi tiết ở đây. Chúng tôi sẽ cung cấp cho bạn đường dẫn tốt đến một số bài viết của bác sĩ Robert Rowen, một *bác sĩ toàn diện tuyệt vời*, ông là bạn và đồng nghiệp của chúng tôi. Ông đã thu thập được rất nhiều tài liệu về chủ đề này. Bạn có thể truy cập:

http://www.distance-healer.com/84.html #Case1

Chúng tôi đề nghị bạn đọc ít nhất hai bài báo đầu tiên có tiêu đề *Ăn phù hợp với trao đổi chất của bạn – Không phải nhóm máu*

của bạn (Eat Right for Your Metabolism – Not Your Blood Type) và *Chữa lành ung thư nan y!* (Curing Incurable Cancer!) Bạn sẽ tìm thấy *hơn 55 bài viết* về chủ đề này tại đường dẫn đó. Có thể bạn muốn đọc thêm một số trong đó nữa.

Để thiết lập "loại trao đổi chất của bạn," bạn phải tìm ai đó có năng lực để thử nghiệm cho bạn. Cái đó không dễ. Họ ở xung quanh đây, nhưng *không nhiều* và chi phí không hề rẻ.

Chúng tôi khuyên bạn nên làm quen với chủ đề này bằng cách tự tìm hiểu. Sau đó, với những kiến thức bạn đã đạt được về loại trao đổi chất, bạn tự thử nghiệm cho mình. Đầu tiên, hãy thử ăn toàn rau thôi (xà lách, sinh tố, nước trái cây) và một ít trái cây (cùng với pho-mát không kem/dầu hạt lanh) trong ít nhất một vài tuần. Theo dõi sức khỏe của mình. Bạn có *cảm thấy tràn đầy sinh lực* không? Bạn có cảm thấy *hài lòng* không? Bạn ngủ có ngon không? Hay là bạn luôn luôn ủ rũ, cáu kỉnh và mệt mỏi.

Nếu kiểu ăn chay không phù hợp với bạn, hãy thử thêm một chút đạm động vật (thoải mái trong phạm vi gà, trứng và cá nước lạnh) một hoặc hai lần một tuần và *xem nó có giúp cải thiện không*. Điều này sẽ cho bạn một ý tưởng tốt về việc liệu bạn có khỏe lên được với một chế độ ăn chủ yếu là rau tươi hay không.

Tất cả các chuyên gia chúng tôi đã nghiên cứu đều đồng ý rằng có một số loại thực phẩm thúc đẩy ung thư. Đó là: 1) *đường* (dưới mọi hình thức; ngũ cốc nhiều đường là tồi tệ nhất vì đường ngũ cốc là dạng đường ưa thích cho quá trình lên men ung thư); 2) *thực phẩm chế biến sẵn*; 3) *sản phẩm từ sữa* (ngoại trừ pho-mát không kem khi trộn với dầu hạt lanh); và 4) *gluten* (bánh mì, ngũ cốc, mì ống). Tất cả các loại thực phẩm trên thúc đẩy ung thư và phải được loại bỏ từ thói quen ăn uống của bạn nếu bạn muốn khỏe mạnh.

Nói đến những cuốn sách về dinh dưỡng vô dụng trên, chúng tôi tham chiếu đến "hai ngoại lệ"; Một là *Nghiên cứu Trung Quốc* (The China Study) của tiến sĩ T. Colin Campbell. Cuốn sách này rất khoa học. Đó là *đánh giá của chuyên gia,* ông đã *thận trọng nghiên cứu tài liệu dẫn chứng*. Xin đừng lãng phí tiền của bạn cho các cuốn sách dinh dưỡng khác. *Nghiên cứu Trung Quốc* đã chứng minh vượt ngoài câu hỏi rằng hầu như tất cả chúng ta đều ăn *quá nhiều đạm động vật*. Ngoài ra còn có một tài liệu tốt nhất hiện nay về nghiên cứu của bác sĩ Campbell và bằng chứng xác thực khác về chủ đề này. Nó được gọi là "Forks Over Knives" (Nĩa trên Dao), có ở cả Amazon.com và Netflix. Cuốn sách và bộ phim tài liệu sẽ trả lời rất nhiều câu hỏi của bạn về chế độ ăn uống, nhưng còn có một chủ đề quan trọng khác nữa – dị ứng thực phẩm?

May mắn cho chúng ta, "chuyên gia sống" của thế giới về *dị ứng thực phẩm*, bác sĩ Keith Scott-Mumby đã thu thập *47 năm* kinh nghiệm của mình trong một cuốn sách gọi là *Chế độ ăn uống khôn ngoan* (*Diet Wise*). Mỗi người chúng ta, theo bác sĩ Scott-Mumby, ít nhất là dị ứng một loại thực phẩm. Đây là lý do chính khác (khác với loại trao đổi chất) tại sao chế độ ăn tiêu chuẩn không phù hợp cho tất cả mọi người. Xin tải cuốn sách của ông tại http://www.DietWiseBook.com và đọc nó. Bạn sẽ ngạc nhiên.

Đôi lời về dị ứng thức ăn: Khi bạn sinh ra đã có thể bị dị ứng thực phẩm, ví dụ như sữa. Nhiều người trưởng thành mới bắt đầu dị ứng. Đối với những người này chúng tôi khuyên nên tham khảo ý kiến một chuyên gia đang hành nghề thành thạo với nhiễm độc nấm như Candida.

Có nhiều thông tin hơn về chủ đề này và cả hai cuốn sách trong Sổ tay 1 *Ngưng lão hóa với chế độ ăn* (Stop Your Aging With Diet) ở cuối sách này.

Bỏ qua hầu hết tất cả "chuyên gia" dinh dưỡng, tôi khuyên bạn gì đây? Vâng, tôi sẽ nói với bạn. Thật đơn giản. Chỉ có bốn "cấm kị" bạn cần phải tránh hoàn toàn. Khi bạn đã xác định được thức ăn dị ứng của bạn, nếu bạn có thể tránh đưa bất cứ một trong bốn thứ trên vào miệng, bạn sẽ chống được ung thư hiệu quả nhất có thể. Ngoại trừ bốn thứ đó và tránh đạm động vật, bạn có thể ăn nhiều và thường xuyên như bạn muốn.

Bốn cấm kị

Lý thuyết nào cũng bắt đầu với những giả định. Trước khi vạch ra bốn "không – không", chúng tôi phải giả định bạn không làm những thứ sau: hút thuốc hoặc *nhai thuốc lá*, uống *sô-đa* (kiêng hoặc thường), dùng *ma túy*, uống chất có cồn, uống *cà phê* (trừ mỗi ngày một cốc).

OK, coi như bạn không làm điều gì dại dột. Bây giờ, tất cả những gì phải làm là tránh những thứ sau đây:

1. **Đường các loại**. (Chỉ có đường Stevia được chúng tôi khuyên dùng cho bệnh nhân ung thư). Đây là *cam kết suốt đời,* không chỉ trong thời gian điều trị. Điều này bao gồm cả mọi dạng mật ong và si-rô.
2. **Thức ăn chế biến các loại**. Cách đơn giản nhất chúng tôi có thể giải thích là "cái gì không phải dạng Thượng Đế [ý chỉ thức ăn tự nhiên] làm ra, thì đừng ăn." Một lần nữa, đây là *cam kết suốt đời.* Thức ăn chế biến sẵn là nguyên nhân của các loại bệnh tật chính yếu nhất. Liệu có gây khó khăn không khi ra ngoài ăn – nhà bạn bè và họ hàng hoặc nhà hàng? Chắc chắn là có.
3. **Sản phẩm sữa**. Sữa, kem, pho-mát, bơ. Một lần nữa, cơ thể bạn rất khó tiêu hóa tất cả những thứ đó. Con người khi hơn năm tuổi không có lactoza trong cơ thể. Lactoza là enzyme cần thiết để tiêu hóa các sản phẩm sữa. Cho

dù sữa của con bò bạn tự nuôi cũng đừng uống. Nhiều nghiên cứu thí nghiệm cho thấy *sữa thúc đẩy ung thư*. Thế pho-mát không kem (cottage cheese) thì sao? Hãy nhớ là chúng tôi đã nói nó *mất tất cả tính chất sữa* khi bạn trộn nó với dầu hạt lanh. Rất nhiều người làm việc cùng chúng tôi mà "không có lactoza" đang ăn hợp chất FO/CC hàng ngày và không có vấn đề gì.

4. **Gluten**. Bánh mỳ, ngũ cốc, mỳ ống. 30% người trưởng thành dị ứng với gluten. Phần lớn họ không biết vì dị ứng thường xuất hiện chậm sau vài giờ hoặc vài ngày. Vấn đề chính của loại thức ăn này là *"chỉ số glycemic" cao*. Biến thành glucosa rất nhanh. Nếu bạn muốn nuôi dưỡng tế bào ung thư thì hãy ăn gluten. Còn không, tránh nó ra. Ngày nay hầu hết cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh có bánh quy giòn "không gluten" và sản phẩm giống bánh mỳ làm với hạt non hoặc hạt an toàn như diệm mạch, kê, rau dền hoặc kiều mạch.

[Có một chữ viết tắt "chữ cái đầu" tiện dụng để giúp bạn tránh các loại ngũ cốc có gluten, biến thành đường gần như ngay lập tức. Đó là "BROWS". Chữ "B" là Barley – lúa mạch (hạt, không phải là lá lúa mạch non trên những viên thuốc của Barley Power); "R" là Rye – lúa mạch đen; "O" là Oat – yến mạch; "W" là Wheat – lúa mì; và "S" là Spelt – bột mỳ mịn. Tránh tất cả chúng.]

Còn lại cái gì để ăn?

Mỗi khi chúng tôi nói chuyện về chế định "không – không" với bệnh nhân ung thư qua điện thoại, chúng tôi đều nhận được cùng một câu hỏi – *"Còn lại cái gì cho tôi ăn?"*. Thực ra, có rất nhiều thứ. Bạn chỉ cần nhìn xung quanh những chỗ trước đây bạn chưa nhìn.

Hãy xem còn lại gì nào:

1. **Rau củ sống**. Cách dễ nhất làm sạch hệ tiêu hóa và hấp thu toàn bộ chất dinh dưỡng và xơ bạn cần là ăn *nhiều sa-lát* với nhiều loại rau tươi và chút dầu ô-liu với chanh vắt lên trên (không nước xốt nào khác). Rau gì? Lá đen, xanh (cải xoăn, su hào, rau bi-na, v.v…); bông súp-lơ xanh, dưa chuột, hành (đỏ và vàng), ớt ngọt (đỏ, vàng và xanh), củ cải, cà chua, quả bí, cà rốt, tỏi tây, mầm non của mọi loại, và v.v... Nếu lo ngại mất trọng lượng, tăng thêm trái bơ. Nhiều ca-lo và chất béo lành mạnh. Hãy mua rau "tươi" nếu có thể. Nên biết nhãn hiệu đó không có ai kiểm tra đâu. Không có gì đảm bảo rau có nhãn hiệu được sinh trưởng, thu hoạch và vận chuyển hoàn hảo tại chỗ. Khoai tây và gạo có chỉ số glycemic cao. Luộc một số loại – măng tây, đậu xanh, cải… những thứ không ăn sống được. [Bạn có biết rau spinach có 42% protein không?]

2. **Nước rau ép và sinh tố**. Tất cả các loại nước ép rau và sinh tố là lành mạnh. Chỉ cần bảo đảm ăn đủ rau tươi để có đủ chất xơ. Hầu hết các loại máy ép rau phun tất cả xơ ra phía sau. Bệnh nhân ung thư không được để bị táo bón. Buộc phải bổ sung đủ khoảng 35 gram chất xơ mỗi ngày.

3. **Bánh mỳ non** các loại – bánh xốp nướng của Anh… Hãy tìm quanh trong cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh. Bạn sẽ thấy rất nhiều đồ ăn "không-gluten". Hãy cẩn thận khi đọc các thành phần. Các nhà sản xuất thực phẩm thử chơi với "mốt" mới nhất và thường hay cho thêm những thứ không có lợi như mật đường ngũ cốc cao hoặc bột ngọt vào thức ăn "không gluten".

4. **Bánh mỳ không-chất bảo quản** – thương hiệu "Ezekiel", "Gienesis" và tương tự được giới thiệu gần đây là chọn

lựa "không gluten". Bạn sẽ tìm thấy chúng ở khu vực thức ăn đông lạnh trong cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh. Chúng được giữ lạnh vì không có hóa chất bảo quản. Nướng miếng bánh lên và thưởng thức chúng với chút dầu ô-liu (không bơ, nhớ nhé?).

5. **Ngũ cốc** từ kê, diệm mạch, rau dền hoặc kiều mạch, chúng là các loại hạt duy nhất không gluten. Sử dụng sữa hạnh nhân, sữa dừa, sữa gai dầu với chúng, không dùng sữa đậu nành. (Đậu nành đang RẤT tranh cãi. Tại sao lại ăn thứ gây tranh cãi khi bạn bị bệnh? Hãy chờ họ kết luận ai đúng). Hãy cẩn thận, không dùng ngũ cốc hay sữa có chất nhân tạo hoặc đồ làm ngọt (mì chính, gia vị ngọt…) và chất bảo quản.

6. **Trái cây**. Trừ quả mọng (berry) hoặc dứa (quả chống ung thư tốt) cho vào trong FO/CC cho ngọt vào buổi sáng, cố gắng hạn chế chỉ một miếng trái cây (táo, chuối, dúm nho…) mỗi ngày. Không uống sinh tố trái cây. Nó phá hoại tuyến tụy của bạn bởi đường trong trái cây.

7. **Quả hạnh**. Tất cả các loại quả hạnh đều lành mạnh. Chúng cung cấp rất nhiều ca-lo cho những ai quan tâm đến giảm cân. Tốt nhất là độ đặc hạt, các loại hạt hạnh ca-lo cao như hạt macadamia hoặc quả hạch Brazil. Quả óc chó, hạnh nhân và hạt điều đều tốt. Tốt nhất là tránh lạc (đậu phộng). Chúng thường bị nhiễm nấm. Chúng không phải là hạt hạnh. Chúng là đậu.

Hãy nhớ rằng, nếu bạn là người ô-xy hóa chậm hoặc có hệ thần kinh đối giao cảm chi phối, bạn sẽ cần phải thêm một số đạm động vật vào chế độ ăn chay "lý tưởng" trên. Chúng tôi mong bạn ít nhất là thử các phương pháp trên mà không có tí đạm động vật nào trong một vài tuần. Nếu bạn thực sự cảm thấy mệt mỏi, thêm một số chất hữu cơ, gà, trứng hoặc một

số loại cá nước lạnh (cá hồi, cá ngừ, v.v...) để xem có cải thiện không. Cố gắng hạn chế dùng *một hoặc hai lần một tuần*.

Một ý cuối cùng đối với những người đối giao cảm chi phối: xin vui lòng tìm một *bác sĩ nắn khớp xương thành thạo*, hiểu và biết làm thế nào để *điều chỉnh đốt sống cổ 1 và 2, các đốt sống cổ trên cùng và trục*. Hệ thần kinh đối giao cảm đi qua C1 và C2. Do đó, nếu chúng suy liên kết, các hệ thần kinh đối giao cảm có thể bị ép và bị ảnh hưởng bất lợi.

Thực phẩm tươi sống và nấu chín

Nếu bạn muốn theo hướng dẫn của chúng tôi, bạn sẽ phải cố gắng cho một tỉ lệ *80% thực phẩm tươi và 20% thực phẩm nấu chín*. Các enzyme trong thực phẩm tươi sống làm cơ thể bạn tiêu hóa nó rất dễ dàng. Bạn sẽ làm sạch tạng phủ của bạn và cùng lúc thu nhận tối đa các chất dinh dưỡng.

Bằng cách này, bạn có thể coi hỗn hợp dầu hạt lanh/pho-mát không kem như *một phần của khẩu phần thức ăn tươi sống*. Nó rất dễ dàng cho cơ thể bạn tiêu hóa và xem như thức ăn tươi, không nấu chín.

Đáng tiếc hầu như mọi thứ khác từ các siêu thị lại là đồ nấu chín. Trước khi thực phẩm được đóng gói dưới mọi hình thức (lon, hộp, thùng giấy,...) *nó đều đã được đốt nóng*. Nếu không, các enzyme trong thức ăn sẽ làm nó thiu hỏng trong hai, ba ngày trên kệ. Mọi việc để tiêu diệt tất cả enzyme trong thực phẩm là làm nóng nó đến 118 độ F [47 độ C] (chỉ ấm).

Không rõ ràng, nhưng các cách ăn trên hoạt động rất hiệu quả và *làm sạch triệt để toàn bộ hệ tiêu hóa của bạn*.

Một cuốn sách dạy nấu ăn mới tuyệt vời

Bạn thật may mắn. Một trong những "fan" của Bill đã gom lại thành một cuốn sách dậy nấu ăn cho bệnh nhân ung thư.

Cheryl Miller đã giúp cha cô phục hồi khỏi ung thư phổi vào năm 2008 bằng cách nấu rất nhiều thức ăn cho ông. Cô ấy đã thu thập một số công thức nấu ăn phù hợp với ông. Cô đã làm cùng với một *đầu bếp tuyệt vời từ bãi biển Miami* tên là Peter Cosmoglos, người đồng ý với cách tiếp cận của chúng tôi để ăn uống lành mạnh.

Cùng nhau, họ đã đưa ra một cuốn sách dạy nấu ăn cho bạn với *84 công thức nấu ăn.* Khoảng một nửa trong số đó là công thức làm thực phẩm tươi sống. Bạn sẽ thấy cuốn sách tuyệt vời này sẽ giúp bạn đa dạng hóa chế độ ăn của bạn để duy trì chế độ ăn uống lành mạnh mà chúng ta đã mô tả. Một số trong các công thức nấu ăn chín *có cả ít khoai tây.* Chúng tốt với lượng tối thiểu. Chúng có rất nhiều chất dinh dưỡng. Chỉ cao hơn một chút về chỉ số glycemic so với các loại rau khác.

Cuốn sách dạy nấu ăn này là sách điện tử. Có thể dễ dàng để tải về và in ra, có thể tìm tại: http://CancerFreeFoods.com.

Tự làm bác sĩ và vitamin C

Có bài viết rất thú vị về dinh dưỡng và ung thư, đặc biệt là sự quan trọng của vitamin và điều trị với vitamin C tại trang:

http://www.DoctorYourself.com/cancer_2.html

Chúng tôi muốn cảnh báo bạn về một hình thức tương đối mới của vitamin C. Gọi là Liposomal vitamin C. Xuất hiện ở dạng keo, chứ không phải dạng thuốc viên. Nó có tính "sinh học" nhiều hơn. Trong thực tế, chỉ một gói keo này bằng **10** *gram tiêm tĩnh mạch* vitamin C. Để mua từ một nguồn dạng này của vitamin C, chỉ cần gõ thuật ngữ "Liposomal vitamin C" vào công cụ tìm kiếm mà bạn ưa thích. Bạn sẽ tìm thấy một số trang web bán một sản phẩm gọi là "Lypo-hình cầu vitamin C" từ phòng thí nghiệm Livon.

Trong những nguyên nhân gây ung thư thì chế độ ăn quan trọng hơn ADN

Đây là bài viết ngắn từ một trong các bản tin của Bill. Chúng tôi khuyên bạn đọc bài viết trong đó ông đề cập đến trang web của bác sĩ Jon Barron. Bác sĩ Barron là nguồn thông tin mà chúng tôi tin tưởng.

"Vâng, cuối cùng cũng có một nghiên cứu, dạng phát hiện ngẫu nhiên, đã xác định rằng chế độ ăn uống là chìa khóa. Đó là một nghiên cứu gần đây về những người đàn ông bị ung thư tiền liệt tuyến. Người ta phát hiện ra rằng chế độ ăn và thay đổi lối sống có thể 'tắt' khoảng 453 gen ung thư, đồng thời thúc đẩy 'bật' khoảng 48 gen chống ung thư. Nghiên cứu này có chứng minh chế độ ăn và lối sống quan trọng hơn ADN hay không? Tùy bạn quyết định. Bác sĩ Jon Barron là bác sĩ toàn diện mà tôi ngưỡng mộ. Tôi đề nghị bạn đọc ý kiến của ông về nghiên cứu này tại trang web: www.JonBarron.org/newsletters/07-07-2008.php"

Tóm tắt về chế độ ăn chống-ung thư

Chúng tôi đọc về ung thư hàng ngày. Chúng tôi tư vấn cho hàng ngàn bệnh nhân ung thư qua điện thoại và email. Không nghi ngờ gì nữa. Những gì chúng ta đưa vào miệng nhiều hơn vào bất cứ cơ quan nào khác, là *nguyên nhân* rất phổ biến của mọi triệu chứng ung thư gốc và của *tái phát*.

Chúng ta đã nói nhiều về thực phẩm bổ sung trong những trang này. Chắc chắn, nhiều trong những chất đó có thể góp phần cho phục hồi của bạn. Tuy nhiên, con đường *tốt nhất và rẻ nhất* để phục hồi trao đổi chất của cơ thể về trạng thái cân bằng tự nhiên và lấy lại sức khỏe là *ăn đúng*.

Bạn có nhận thấy không?

○ Trung bình người Mỹ tiêu thụ *77kg đường mỗi năm!* Bạn không tin sao? Hãy nhìn qua tủ để thức ăn của bạn. Tất cả những đường mía, mật bột ngô, đường màu ca-ra-men và đường trái cây đều là đường ngụy trang.

○ *Acrylamide*, một chất gây ung thư (tác nhân gây ung thư), theo Cơ quan bảo vệ môi trường *(Environmental Protection Agiency – EPA)* chỉ được phép có trong nước uống của bạn ở mức *0,12 microgram mỗi lần uống*. Khoai tây chiên trong McDonald cỡ lớn 170 gram chứa *72 microgram hay nhiều hơn 600 lần giới hạn của EPA*. Burger King, Wendy, KFC… thấp hơn một chút. Bạn còn thích "cỡ lớn" nữa không?

○ Trong *thực phẩm chế biến* chúng ta ăn gần như tất cả chất dinh dưỡng tốt, cộng với tất cả enzyme dễ tiêu đều đã bị xử lý mất rồi. Cơ thể *không thể sản xuất enzyme* cần thiết để tiêu hóa thức ăn đó. Bạn có thực sự nghĩ các nhà sản xuất quan tâm đến sức khỏe của bạn không? Đoán thử lần nữa xem.

○ Chế độ Ăn Tiêu Chuẩn Mỹ *(Standard American Diet – SAD) có đặc tính a-xít cao*. Trong cuốn sách 300 trang tựa đề *Kỳ diệu pH (The pH Miracle)*, bác sĩ Robert Young – một nhà vi sinh học và dinh dưỡng học tranh luận thuyết phục rằng *cái quan trọng nhất* làm cho sức khỏe tốt là độ pH.

… và có rất nhiều bằng chứng việc chúng ta tự **làm phiền do ăn** dẫn đến mọi dạng suy thoái.

Vitamin/Khoáng chất bổ sung

Sáu mục trong chế định chúng tôi khuyên dùng (tức là *Chúng tôi sẽ làm gì nếu chúng tôi là bạn*) là bổ sung vitamin/khoáng chất lợi ích hàng ngày của bác sĩ Williams. Chúng tôi đã mô tả ở Chương 3 bao gồm cả danh mục tất cả 70 thành tố.

Hãy xem lại ngay bây giờ. Nó rất thiết yếu để "lấp đầy các hố" trong mọi chế độ ăn – kể cả cái chúng ta trao đổi ở trên đây.

Chất bổ sung này được đóng trong túi chất dẻo, mỗi túi có tám viên nang. Bill dùng hai túi (liều bình thường) mỗi *ngày trong 15 năm qua.* Ông cho rằng sức khỏe hoàn hảo ông có được ở tuổi 79 là nhờ sản phẩm này. Đó chính là lý do tại sao chúng tôi khuyên bạn. Nó tốt đối với ông và chúng tôi tin nó sẽ tốt cho bạn. Nếu bạn tìm thấy thứ gì đó tốt hơn, hãy mua bằng mọi cách và cho chúng tôi biết đó là gì.

Thật không may, Ích Lợi Mỗi Ngày của bác sĩ Williams được vận chuyển chỉ trong Mỹ. Nếu bạn sống ở một quốc gia khác, xin hãy sử dụng các thành phần trong Chương 3 của cuốn sách này để giúp bạn tìm thấy vitamin/khoáng chất bổ sung tương đương.

Vitamin D3 – Phần thiết yếu của chữa trị

Để chữa ung thư, bạn phải nâng mức vitamin D trong máu của bạn và *giữ nó luôn luôn cao.* Phát biểu này có đủ tài liệu dẫn chứng trong nghiên cứu, hầu hết được thực hiện từ năm 2004. Tiến sĩ William Grant đã nghiên cứu *vitamin D và ung thư* trong nhiều năm, ông đã công bố hàng chục bài báo khoa học về điều đó. Trong một cuộc phỏng vấn trên đài phát thanh năm 2010, ông đã cho Bill một số lời khuyên để truyền lại cho tất cả bệnh nhân ung thư:

- Trước tiên, giả sử bạn đang thiếu vitamin D. Toàn bộ *95% dân số thế giới* thiếu nó. Chúng ta không nhận được đủ ánh mặt trời.
- Một mức độ phù hợp của nội tiết tố này (thực sự không phải là một "vitamin") là *thiết yếu* để phục hồi ung thư và giữ không tái phát.

- Để vitamin D trong máu bạn đạt được mức độ phù hợp, bạn phải dùng một *liều cao* (hơn trong Ích Lợi Mỗi Ngày nhiều) trong ít nhất *5 hoặc 6 tuần*.
- Lượng thích hợp để dùng ngay lập tức là *25.000 IU mỗi ngày*.
- Càng sớm càng tốt, kiểm tra mức độ vitamin D của bạn. Các bác sĩ có thể cho làm các xét nghiệm máu đơn giản, gọi là *xét nghiệm "25 (OH) D"* hay xét nghiệm "25 hydroxy vitamin D". Kết quả sẽ là một con số từ số 0 đến 100.
- Kết quả từ xét nghiệm máu đầu tiên hầu như luôn ở mức *thấp 20' hoặc 30'*. Để phục hồi ung thư, cần phải đưa lên đến *70 hoặc cao hơn* và duy trì ở đó. Để đưa lên cao đến mức đó thường mất vài tuần với liều nâng cao trên.
- Vào thời điểm đó, làm thêm xét nghiệm 25 (OH) D nữa. Nếu kết quả trở lại ở mức 70 hoặc cao hơn, bạn có thể quay trở lại với *liều duy trì 10.000 I.U. mỗi ngày*.
- Dạng vitamin D bổ sung duy nhất phù hợp là *vitamin D3* có bán trên thị trường.
- Có nhiều nguồn trực tuyến bán vitamin D3, đều khá rẻ tiền. Các viên nang – keo đóng trong một liều 5000 I.U. và 10.000 I.U. mỗi viên. Cả hai đều có sẵn tại http://PuritansPride.com. Cố gắng để tìm thuốc đó ở dạng viên nang-keo (gelcap).

  [Đôi lời về *các loại dầu bổ sung* (vitamin A, D, E, K, Co Q10) nói chung bao gồm cả dạng lỏng hoặc dạng bột của D3: Công nghệ để chuyển đổi các loại dầu tự nhiên thành bột tổng hợp là sẵn có. Thế nhưng, cơ thể con người lại không hoàn nguyên bột trở lại thành dầu tự nhiên được vì hầu hết các phản ứng sinh hóa chỉ có thể thêm nước. Do đó chúng tôi nói với mọi người rằng nếu *bột vitamin* có chứa bất kỳ loại dầu nào ở trên, thì khá lắm là *hình*

thành công thức kém, còn tồi tệ hơn thì toàn là đồ bỏ. Nhưng đừng dùng từ ngữ của chúng tôi, hãy thử: Lấy 1 viên vitamin tổng hợp, loại một viên mỗi ngày, thả vào trong cốc nước (khoảng 113gram) khi bạn đi ngủ. Sáng ra, nó sẽ còn nguyên vẹn. Bạn có cho rằng đó là một sản phẩm dinh dưỡng sẵn có dễ hòa tan không? *Chúng tôi thì không nghĩ thế!*]

- Bác sĩ Navarro đã căn dặn những người sử dụng xét nghiệm HCG nước tiểu (xem dưới đây) dừng sử dụng vitamin D3 trong ba ngày trước khi lấy mẫu nước tiểu. Rõ ràng, thực tế là một nội tiết tố có thể gây trở ngại cho xét nghiệm.

Nếu bạn quan tâm tìm hiểu chủ đề này hơn nữa thì dưới đây là một vài trang web tốt:

http://sunarc.org (trang của bác sĩ Grant)

và

http://vitaminDCouncil.org

Tóm tắt quá trình tự chữa bệnh

Trước khi đi xa hơn, ta hãy tóm tắt *"chế định"* 7 – phần này. Điều lý tưởng là chúng tôi muốn dán chế định này trên cửa tủ lạnh để nhắc nhở bạn hàng ngày những bước chúng tôi sẽ làm (hi vọng bạn cũng vậy) để *chiến thắng ung thư*. Chúng đây:

1. **Kích thích hệ miễn dịch** – Transfer Point Beta-1,3d Glucan. 1 viên nang 500mg cho 23 kg trọng lượng cơ thể mỗi ngày – vào buổi sáng, 30 phút trước khi ăn hoặc uống gì đó. Nguồn cung cấp: http://acient5.com hoặc gọi Phyllis Pipkin số (855) 877-8220 hoặc (678) 653 8532 (giờ Đông).

2. **Pho-mát không kem/Dầu hạt lanh "sinh tố"**. Sáu thìa súp (85ml) dầu hạt lanh ngâm trộn bằng máy trộn một lưỡi với khoảng 2/3 cốc (170ml) chất hữu cơ, 1% hay 2% pho-mát không kem. Cho thêm vào máy trộn quả mọng, hạnh nhân, một chút cam thảo và một ít nước tinh khiết. Điều chỉnh hỗn hợp theo khẩu vị của bạn. Đặt chế độ "hóa lỏng". Ăn luôn sau khi trộn xong. Đặt mua dầu hạt lanh của Barlean số (800) 445-3529 (giờ Thái Bình Dương).

3. **Heart Plus và chiết xuất chè xanh**. 6 viên nang Heart Plus (2-2-2) và 3 viên nang chiết xuất chè xanh (1-1-1). Uống cùng lúc ăn hoặc giữa bữa ăn. Nguồn: www.ourhealthcoop.com

4. **Barley Power**. 20 viên mỗi ngày. Uống 6 hoặc 7 viên khoảng 15 phút trước ăn. Nếu bạn không ăn ba bữa mỗi ngày thì uống hai tiếng sau ăn. Nguồn: Green Supreme, Inc. (800) 358-0777 hoặc (724) 946-9057 (giờ Đông) hoặc http://greensupreme.net

5. **Chế độ ăn Chống-Ung thư**. Tránh đồ ăn trong danh mục bốn "cấm kị" [đường; thức ăn chế biến; sản phẩm từ sữa và gluten]. Cố gắng ăn tươi sống, các loại rau tươi với sinh tố và nước trái cây trước. Giảm tối đa đạm động vật khi chúng không thích hợp với bạn. Để đa dạng, ăn đồ không-gluten, bánh mỳ non, bánh quy giòn hạt lanh, ngũ cốc (kê, diệm mạch… không gluten và sữa hạnh đào không đường) đậu lăng, đậu, các loại hạt (không phải lạc).

6. **Vitamin/khoáng chất bổ sung**. Mỗi ngày dùng hai gói Ích Lợi Mỗi Ngày hoặc đồ ăn thay thế khi ở ngoài nước Mỹ. Nguồn: Mountain Home Nutritionals (800) 888-1415 (giờ miền Đông) hoặc www.DrDavidWilliams.com

7. **Vitamin D3.** *Dùng 25.000 I.U. mỗi ngày cho đến khi xét nghiệm máu của bạn đạt mức độ 70 hoặc cao hơn. Sau đó quay trở lại mức 10.000 I.U. mỗi ngày [nhớ: chỉ dùng nang keo]. Dùng mức đó vô thời hạn. Nguồn: http://PuritansPride.com hoặc http://VitaCost.com.*

Đó là tất cả bạn ạ. Nếu bạn theo chế độ này *miệt mài (hàng ngày)* trong khoảng sáu đến tám tuần, bạn sẽ không chỉ nâng cao tình trạng sức khỏe của mình, mà còn *có thể được "giải phóng khỏi ung thư" NHƯNG* bạn phải chưa qua điều trị phương pháp chính thống (hóa trị, xạ trị hoặc phẫu thuật). Nếu bạn đã điều trị với kết hợp nào đó của các phương pháp trên, thì chế độ ăn này vẫn hiệu quả. Có điều bạn mất *vài tháng, không phải vài tuần* để khắc phục những hậu quả của điều trị chính thống.

Nếu bất cứ lúc nào bạn cảm thấy chế độ này tác dụng cho bạn (xem các thông tin dưới đây về cách để kiểm tra sự tiến bộ của bạn), thì còn *có 400 phương pháp điều trị nhẹ nhàng, không độc hại khác* mà bạn có thể thử. Chúng ta sẽ bàn về một số trong đó ở những trang sau.

Tất nhiên, cũng có những bệnh viện tốt điều trị ung thư bằng các chất tự nhiên và các quy trình (tăng thân nhiệt, máy tần số, vitamin C TRUYỀN TĨNH MẠCH, v.v...). Chúng tôi sẽ bàn đến một số trong đó ở Chương 6. Việc này luôn luôn là một lựa chọn, mặc dù tốn kém hơn nhiều. Tự chữa bệnh ở nhà vẫn là cần thiết sau điều trị tại bệnh viện.

Liều duy trì

Điều gì sẽ xảy ra khi bạn thoát khỏi ung thư? Những gì sau đó? Một câu hỏi hay. Bạn đã nhận lại kết quả xét nghiệm nước tiểu HCG (xem bên dưới) lần thứ 40 và hoàn thành lễ ăn mừng của bạn. Bạn nên làm gì bây giờ? Dưới đây là một số gợi ý dựa trên những gì chúng tôi tự làm mỗi ngày để phòng ngừa:

1. **Kích thích hệ miễn dịch**. Tiếp tục dùng Beta 1-3d Glucan hàng ngày nhưng ở mức 1 viên nang, một lần một ngày. Khi chúng ta thấy một số dạng vi rút hoặc nhiễm trùng khác tới, ngay lập tức chúng ta tăng liều đến liều "Điều trị" (xem ở trên) trong một vài ngày.
2. **Pho-mát không kem/dầu hạt lanh "sinh tố"**. Tiếp tục ăn nhưng cắt giảm liều còn khoảng một nửa. Đó là những gì chúng tôi làm vào mỗi buổi sáng. Chúng tôi không bao giờ bỏ lỡ một liều thuốc tiên tuyệt vời này. Nếu bạn muốn đảm bảo ung thư không tái phát, xin hãy theo lời khuyên này thật nghiêm túc.
3. **Heart Plus và chiết xuất chè xanh**. Chấm dứt kết hợp này nhưng giữ nguồn cung cấp bạn đang có cho trường hợp bạn bị tái phát ung thư.
4. **Barley Power**. Cắt giảm xuống 7 hoặc 8 viên một ngày, nhưng tiếp tục uống với mức 2 hoặc 3 viên trước mỗi bữa ăn. Kiểm tra độ kiềm của bạn ít nhất mỗi tuần với dải thử nghiệm độ pH.
5. **Thức ăn chống-ung thư**. Thư giãn bớt tập hợp thói quen ăn uống này (đó không phải là một "chế độ ăn") nhưng chỉ một chút. Ví dụ, tiếp tục tránh đường bất kỳ dạng nào và thực phẩm chế biến dưới mọi hình thức. Thêm một chút đạm động vật (cá, thịt gà, trứng) vào chế độ ăn của bạn khoảng hai lần một tuần. Tiếp tục tránh sữa và các sản phẩm gluten cùng với thịt (thịt bò, thịt lợn, v.v...)
6. **Vitamin/khoáng chất bổ sung**. Tiếp tục dùng Ích Lợi Mỗi Ngày (hoặc sản phẩm thay thế) ở liều lượng tương tự (hai gói viên nang mỗi ngày).
7. **Vitamin D3**. Dùng 10.000 I.U. mỗi ngày *vô thời hạn*.

Đặc điểm của chế định này

Trước khi tìm hiểu những phương pháp điều trị khác, chúng tôi sẽ chỉ ra những đặc điểm của chế độ này:

Nó đề cập *bốn đặc tính* của tất cả ung thư chứ không chỉ triệu chứng. Những đặc tính đó là: *Thiếu sự hấp thu ô-xy bởi tế bào dư thừa a-xít, dư thừa độc tố và hệ miễn dịch yếu kém.*

"Cái chết" của những tế bào ung thư là *nhẹ nhàng* và xảy ra trong khoảng ba-bốn tuần. Thường thì, hiệu ứng của nó khá dễ chịu. Tuy nhiên, luôn luôn có một vài hiệu ứng khử độc – đau ở khu vực gan/thận, phân và nước giải bất thường, đa nổi mẩn, hơi buồn nôn… Tất cả những cái đó là những dấu hiệu khá bình thường của các tế bào ung thư đã chết thoát khỏi cơ thể của bạn. Thuốc bạn dùng vì những triệu chứng này làm chậm đi quá trình chữa bệnh. Cố gắng tránh nó.

Thường thường, "marker" ung thư (nhất là các xét nghiệm máu CEA, CA-125,…) sẽ chỉ ra một *"tăng đột biến"* trong thang vạch đếm. Việc này có thể kéo dài trong vài tuần. Điều này là bình thường và được sinh ra bởi sự tăng lên "các kháng nguyên" trong máu do các tế bào ung thư bị chết. Thông thường điều này sẽ sinh ra sợ hãi không đáng có, đặc biệt là nếu bạn nghe bác sĩ ung thư. Vị ấy muốn bắt đầu ngay với hóa trị hoặc một vài phép điều trị quyết liệt. Hãy *thư giãn* và chờ vài hôm.

Đây là chế độ rẻ tiền. Trong sáu tuần đầu dùng tác nhân kích thích hệ miễn dịch với liều điều trị, giá khoảng 155 đô-la một tháng. Tất nhiên là ở các nước khác (ngoài Mỹ) thì phải mất cước phí vận chuyển (và phí hải quan ở một số quốc gia). Sau khi bạn đã "thoát khỏi ung thư" chi phí để tiếp tục chế độ duy trì tốn khoảng *104 đô-la một tháng.*

Xin lưu ý rằng những ước tính về chi phí có kể đến nhân tố giảm giá thực phẩm của bạn. Hầu hết mọi người hiện nay chi

nhiều cho thực phẩm hơn so với đáng lẽ họ phải chi khi họ thay đổi sang thói quen ăn uống lành mạnh.

Những sản phẩm này có ở *khắp nơi trên thế giới.* Ví dụ Our Health Coop (Heart Plus và chiết xuất chè xanh) sẽ vận chuyển hàng đến mọi quốc gia tùy theo chọn lựa. Công ty Green Supreme (Barley Power) cũng làm thế. Dầu hạt lanh và pho-mát không kem hữu cơ (còn gọi là "quark – pho-mát Đức") sẵn có tại các cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh ở hầu hết các nước. Ancient Elements (Phyllis Pipkin) sẽ chuyển Beta Glucan của Transfer Point đến bất cứ đâu. Ích Lợi Mỗi Ngày của bác sĩ Williams chỉ có thể đặt hàng trực tuyến vận chuyển đến một địa chỉ trong nước Mỹ. Bạn sẽ phải thay thế vitamin/khoáng chất bổ sung khác ở các nước ngoài Mỹ. Các nguồn cung cấp vitamin D3 trực tuyến sẽ chuyển hàng đến khắp nơi trên thế giới.

Nếu bệnh nhân vẫn muốn theo lời khuyên của bác sĩ ung thư làm hóa trị/xạ trị, liệu pháp này sẽ giảm đáng kể ảnh hưởng của các tác dụng phụ.

Chúng tôi đã triển khai "chế định" này suốt 11 năm qua, chủ yếu dựa trên *phản hồi từ* các bệnh nhân ung thư *về hiệu quả của các liệu pháp.*

Nguyên nhân ung thư là ưu tiên hàng đầu

Có ba nguyên nhân phổ biến gây ung thư sẽ ngăn cản chế độ nói trên (hoặc chế độ nào khác) phát huy hiệu quả cho đến khi được chú trọng giải quyết.

Sốc tinh thần & áp lực

Có rất nhiều tài liệu và dẫn chứng chứng minh rằng vấn đề xúc cảm và căng thẳng do chúng gây ra góp phần vào tất cả loại bệnh thoái hóa mãn tính. Nếu bạn đang khỏe lên, bạn cần phải

tìm ra điều này và làm những gì có thể để đối phó, đảo ngược tình trạng này nếu nó tác động lên bạn.

Điểm mới của y học Đức

Nhiều năm qua, bác sĩ Ryke Geerd Hamer đã dành thời gian trong nhà tù. Tại sao vậy? Ông đã phát hiện ra điều mà ông nghĩ là nguyên nhân cho tất cả ung thư và hầu hết tình trạng suy thoái khác. Như bạn thấy ngay bây giờ đây, kiểu quan điểm này khiến Big Pharma hoảng sợ *bị tấn công*.

Bác sĩ Hamer đã tự phát triển một nghiên cứu ung thư tinh hoàn từ năm 1978. Việc này xảy đến một vài tháng sau khi con trai ông bị bắn chết ở Ý. Ông bắt đầu khám phá mối quan hệ. Đây là trang web với lượng thông tin khổng lồ về lý thuyết của bác sĩ Hamer: *http://germannewmedicine.ca*

Bác sĩ Hamer là bác sĩ y khoa. Cái ông phát hiện được sau nghiên cứu hoặc điều trị *40.000 ca (trong đó có 12.000 ca ung thư)* là có một vùng riêng biệt của não bộ gắn liền với mỗi cơ quan trong cơ thể. Ông nói sốc tinh thần luôn luôn tác động lên một chức năng của phủ tạng. Ông tìm thấy mỗi căn bệnh ung thư được kết nối với một *sốc tinh thần* riêng biệt. Ông gọi lý thuyết của mình là "điểm mới của y học Đức" (German New Medicine; tên New Medicine đã được dùng trước đó).

Không cần phải nói, "chính giới" y học không đón chào những phát hiện của bác sĩ Hamer. Thực tế, *ông nhiều lần bị ngược đãi và tống giam* ở Đức và Pháp trong nhiều năm qua.

Bằng kinh nghiệm của mình, chúng tôi đồng ý với ông rằng nhiều *(không phải tất cả)* ung thư phát triển theo sau sốc tinh thần và áp lực. Áp lực có thể còn là vấn đề lâu dài – chẳng hạn như điều hành kinh doanh, có mối quan hệ phức tạp, chăm sóc người thân già yếu, đối mặt với việc ly hôn khó khăn…

Kỹ thuật thoát khỏi xúc cảm

Nếu hiện bạn đang bị áp lực loại này, bạn phải chú tâm và loại bỏ nó trước khi có thể phục hồi ung thư. Một trong những phương pháp trị liệu tuyệt vời gọi là Kỹ thuật thoát khỏi xúc cảm (Emotional Freedom Technique – EFT). Bạn có thể bắt đầu tìm hiểu, kể cả danh sách những người trải nghiệm tại Gary Craig – người phát minh ra kỹ thuật này, website của ông: *www.emofree.com*

Chuẩn mực xúc cảm

Cuốn sách của bác sĩ Brad Nelson *Chuẩn mực xúc cảm* (The Emotional Code) tiếp cận vấn đề này hữu ích và thiết thực. Sách có bán trên *Amazon.com*. Đây là một phương pháp hiệu quả giải phóng tâm trí và cơ thể bạn khỏi *"những xúc cảm mắc kẹt"*. Một phương pháp mà chúng tôi sẽ thử trước khi tìm ra một EFT hoặc nhà chuyên môn Y học mới của Đức.

Cách tiếp cận của tiến sĩ Nelson hoàn toàn là tự lực. Bill và vợ ông đã thử và *nó có tác dụng* với họ. Bill đã có thông tin phản hồi từ hàng chục khách hàng được ông huấn luyện rằng cuốn sách này giúp họ tự thoát khỏi các vấn đề xúc cảm. Trong hầu hết các trường hợp, thường không nhận mà bệnh nhân biết [về các vấn đề xúc cảm của họ]. *Các vấn đề tiềm thức* trong quá khứ của chúng ta *chiếm 90%* những gì chi phối cơ thể chúng ta từ não.

Xem các trang web và cuốn sách này của bác sĩ Nelson.

http://TheEmotionCode.com

… và http://DrBradleyNelson.com

Độc tố nha khoa

Theo kinh nghiệm của chúng tôi với bệnh nhân ung thư, chất độc nha khoa gần như luôn luôn là một *nguyên nhân trực tiếp của bệnh ung thư.* Những bệnh nhân xử lý thành thạo vấn đề này vượt qua bệnh ung thư thường xuyên hơn nhiều so với những người không xử lý.

Chất độc nha khoa là gì? Vâng, nếu bạn đã thực hiện *bất kỳ chữa trị nha khoa* gì, gần như chắc chắn có độc tố nha khoa lưu thông trong máu của bạn. Có bốn nguyên nhân chính của chất độc nha khoa ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe:

- Trám phủ ống tủy răng.
- Các lỗ rỗng chỗ răng bị nhổ.
- Hỗn hợp thủy ngân trám răng.
- Kim loại trong miệng gây ra phản ứng cơ thể.

Xin hãy hiểu rằng các nha sĩ được dạy rằng những điều trên là vô lý.

Tôi có phải tin nha sĩ của mình không?

Tiếc là hầu hết các nha sĩ *không có kiến thức về sinh lý học* – mối quan hệ giữa răng, hàm và sức khỏe của chúng ta. Trong trường nha khoa, việc đào tạo sản sinh ra một *"thợ cơ khí về hàm"*, không phải một chuyên gia y tế. Để có một đánh giá chuẩn về các độc tố trong khoang miệng, bạn phải tìm một nha sĩ được đào tạo *sau trường nha.* Thông thường, điều này chỉ có ở các nha sĩ là nghiên cứu sinh.

Các nha sĩ có đủ năng lực thì *rất hiếm.* Trong hầu hết các trường hợp, họ đã trải nghiệm các vấn đề sức khỏe của chính họ (bệnh tim, ALS, MS, ung thư, v.v...) và điều đó khiến họ khám phá ra rằng *các nguyên nhân chính* của những rắc rối cho họ là răng hay hàm của chính họ.

Đây là những con số thống kê. Tại Mỹ, có 160.000 nha sĩ là thành viên của Hiệp hội nha khoa Hoa Kỳ (American Dental Association – ADA). Có thêm 7.400 nha sĩ điều trị tủy răng khác nữa (chuyên gia ống tủy). Trong số 167.400 nha sĩ, *có chưa đến 50 người* có đủ năng lực đánh giá và loại bỏ các vấn đề về chất độc nha khoa của bạn. Con số ở các nước khác cũng tương tự.

Theo ý kiến chúng tôi, ít nhất 30 tiểu bang ở Mỹ *không thực sự có nha sĩ có đủ năng lực* để có thể phục hồi sức khỏe răng miệng của bạn. Những nha sĩ có đủ năng lực đang mạnh dạn *chỉnh sửa các sai lầm* của các đồng nghiệp. Không cần phải nói, họ rất không được các đồng nghiệp ưa thích. Họ thường phải làm việc "dưới radar."

ADA hoàn toàn "phủ nhận" những gì chúng tôi nói ở đây – mối liên kết trực tiếp giữa răng, hàm và sức khỏe của bạn. Bệnh duy nhất họ thừa nhận có liên quan trực tiếp đến sức khỏe của bạn là *bệnh về nướu*. Tất nhiên, điều này có thể đổ lỗi cho bạn. Bạn đã không dùng chỉ nha khoa hoặc đánh răng đúng cách. Ngoài ra, họ thừa nhận, nếu bạn có bệnh tim, việc điều trị về nha khoa có thể làm trầm trọng thêm [bệnh của bạn]. Do đó, các nha sĩ quy định dùng thuốc kháng sinh để phòng ngừa. Hầu hết các nha sĩ theo "cách này."

Để tìm một nha sĩ đủ năng lực sẽ tốn kém và do sợ đau, nên nhiều người bị ung thư trì hoãn giải quyết vấn đề chất độc nha khoa. Đây là một *sai lầm lớn*. Hầu hết những bệnh nhân ung thư chúng tôi đang xử lý đều có vấn đề về chất độc nha khoa nghiêm trọng. Khi họ được một nha sĩ đủ năng lực loại bỏ chất độc, họ hầu như luôn luôn *phục hồi nhanh chóng* khỏi bệnh ung thư.

Điều này có khiến bạn tự hỏi tại sao các bác sĩ ung thư *không bao giờ tìm hiểu vấn đề này* với bệnh nhân của họ? Chúng tôi hi vọng điều này củng cố hiểu biết của bạn rằng chúng ta phải phục hồi ung thư bất chấp hệ thống y tế/nha khoa của chúng ta!

Nếu bạn đến nha sĩ "đang mỉm cười" dưới đường, bạn sẽ gần như luôn luôn lãng phí tiền bạc và thời gian.

Trám ống tủy răng

Ít nhất *80%* bệnh nhân ung thư đến với chúng tôi bị trám ống tủy răng (một số bị đến 12 hoặc 13 cái). Không cần thắc mắc về việc những chiếc răng là nguyên nhân ung thư và nhiều tình trạng suy thoái khác. Nếu có vấn đề về trám ống tủy răng, bạn phải đến "nha sĩ sinh học" nhổ *ngay,* nếu bạn muốn phục hồi khỏi ung thư.

"Nha sĩ sinh học" là gì? Vâng, diễn tả giản dị nhất là nha sĩ ấy *quan tâm đến sức khỏe của bạn hơn là nụ cười.* Đặc tính phân biệt khác nữa là nha sĩ ấy sẽ không trám ống tủy răng mà sẽ giục bạn nhổ chúng càng sớm càng tốt.

Hãy nhớ rằng, *chẳng có kiểm soát* với những người có thể tự gọi mình là "nha sĩ sinh học". Chỉ vì một nha sĩ mang danh hiệu ấy không có nghĩa là người đó có đủ năng lực xử lý vấn đề chất độc nha khoa của bạn.

Xin đừng vội tin lời chúng tôi về sự nguy hiểm của trám ống tủy răng đến sức khỏe của bạn. Hãy đọc cuốn sách tốt nhất mà chúng tôi được biết. Cuốn *Phủ ống tủy chân răng* (Root Canal Cover-Up), tác giả là bác sĩ phẫu thuật răng George Meinig và "Thành viên Hội nha sĩ Mỹ" *(Fellow of the Amerrican Colledge of Dentists).* Ông là một *nha sĩ rất xuất chúng,* mất năm 2008 ở tuổi 91.

Bác sĩ Meinig bắt đầu trám ống tủy răng cho bệnh nhân từ năm 1943. Vào năm 1948 ông là một trong 19 *nhà sáng lập Hiệp hội điều trị tủy răng Mỹ* (American Association of Endodontists') [những chuyên gia điều trị ống tủy răng]. Khi về hưu năm 1993, ông trở thành hội viên danh dự cùng ba sáng lập viên vào dịp lễ kỷ niệm 45 năm thành lập AAE.

Năm 1993, ngay sau khi về hưu thì bác sĩ Meinig được biết về 1.174 trang tài liệu nghiên cứu về ống tủy răng của *bác sĩ phẫu thuật răng Weston Price* và 60 nha sĩ đồng nghiệp. Những phát hiện của họ đã bị *Hiệp hội nha khoa Mỹ* (American Dental Association) *ngăn chặn từ năm 1925*. Nghiên cứu này được thực hiện trong hơn 20 năm đã chỉ rõ rằng không có cách an toàn để trám ống tủy răng. Không chỉ vậy, nghiên cứu còn xác minh ống tủy chân răng là nguyên nhân của rất nhiều tình trạng suy thoái nghiêm trọng, kể cả ung thư.

Trám ống tủy răng ngày nay được thực hiện *chính xác như* những năm đầu 1900 khi nghiên cứu của bác sĩ Price được thực hiện. Bác sĩ Meinig dành 15 năm cuối của cuộc đời ông để giáo dục công chúng về *những nguy hiểm của trám ống tủy răng*.

Phòng khám Paracelsus ở Thụy Sĩ điều trị bệnh nhân ung thư *từ năm 1957*. Một phần của phòng khám là Bộ phận nha khoa sinh học (Biologycal Dentist Section). Mỗi bệnh nhân ung thư khi đến đây đều phải *làm sạch trám ống tủy răng trước khi điều trị bất cứ căn bệnh ung thư nào.*

Năm 2004, phòng khám của bác sĩ Thomas Rau thấy rằng hầu hết bệnh nhân ung thư vú đang chữa trị đều bị ống tủy răng và đã quyết định làm một nghiên cứu. Ông xem xét lại hồ sơ của 150 bệnh nhân ung thư vú thì phát hiện ra *147 trong số họ (98%)* bị ống tủy răng trên *cùng kinh tuyến* với khối u ung thư vú gốc. Ông tin chắc rằng, có nguyên nhân gốc rễ với ung thư của họ. Ba người còn lại có vấn đề về sâu răng (xem ở dưới).

Nếu bạn bị ống tủy răng nào đó, phải nhổ ngay chúng là *ưu tiên số một*. Bạn sẽ không thật khỏe cho đến khi làm việc đó. Sau khi đã thực hiện tốt rồi, bạn cần *hạn chế xử lý các vấn đề khác để được khỏe mạnh.*

Bác sĩ Hal Huggins ở Colorado Springs, Colorado có lẽ là *chuyên gia tầm cỡ thế giới* về chất độc nha khoa. Ông đã nghiên

cứu vấn đề này hơn 35 năm. Ông và bác sĩ Thomas Levy, làm việc cùng nhau trong một nghiên cứu về trám tủy răng trong sáu năm – từ năm 1994 đến năm 2000. Bác sĩ Levy nói với Bill trong một cuộc phỏng vấn năm 2007 rằng họ đã kiểm tra hơn 5.000 chiếc răng trám tủy mà gần đây đã được nhổ bỏ. Ông cho biết mỗi chiếc răng đều được xét nghiệm trong phòng thí nghiệm. Mọi răng trong số đó đều có độc tố và *"độc hại hơn so với ngộ độc thực phẩm"* (lời của bác sĩ Levy).

Chúng tôi phát hiện ra trám ống tủy răng là *nguyên nhân trực tiếp* của hầu hết các bệnh ung thư. Các độc tố không thể nhìn thấy trên X-quang được. Thường không sưng hoặc đau. Nguồn gốc của các độc tố là vi khuẩn kỵ khí phát triển bên trong *hàng triệu "ống" nhỏ xíu* trong ngay cả trong những chiếc răng nhỏ nhất. Khí "thio-ethers" thoát ra từ các vi khuẩn *cực kỳ độc hại*. Mọi ống tủy răng trám đều có các vi khuẩn trong đó. Không có ngoại lệ. Độc tố tự tìm đường vào mạch máu của bạn 24/7. Hiện tại, chỉ riêng tại Mỹ đã có khoảng 40 triệu ca trám ống tủy răng được thực hiện mỗi năm.

Không có lưu thông của dịch cơ thể và các tế bào hệ miễn dịch đi qua một răng trám ống tủy. Các vi khuẩn bình thường trong mỗi một chiếc răng của chúng ta biến đổi trong răng trám ống tủy thành vi khuẩn kỵ khí khi *lưu thông này bị cắt đứt*. Răng trám ống tủy là nguồn chính của chất độc nha khoa đáng sợ. Khử trùng răng, hoặc tại thời điểm trám ống tủy hoặc sau đó, đã được chứng minh là không thể.

Nếu bạn muốn nghiên cứu thêm về chủ đề này, thì đây là một số sách hay:

The Roots of Disease của Robert Kulacz D.D.S. và Dr. Thomas Levy, M.D., J.D.

Rescued By My Dentist của Douglas Cook, D.D.S

Những lỗ hổng của hàm

Đứng sau trám ống tủy răng một chút và là nguyên nhân chính của hầu hết các bệnh thoái hóa là các lỗ hổng của hàm. Thuật ngữ "lỗ hổng – cavitation" là nói đến một chỗ rỗng trong xương hàm, kết quả của việc *nhổ một chiếc răng bị nhiễm khuẩn.* Các nha sĩ (và nhất là bác sĩ phẫu thuật miệng) không được đào tạo đúng cách để làm sạch dây chằng và xương hàm bị nhiễm *luôn luôn* đi kèm với một chiếc răng bị nhiễm bệnh. Hầu hết các răng khôn (răng hàm thứ ba ở mặt sau của hàm) đã bị nhổ đi ở tuổi 20 hay trước đó. Chúng thường bị "ảnh hưởng" và bị nhiễm khuẩn. Để lại dây chằng và xương hàm bị nhiễm bệnh tại chỗ tạo nên những gì được gọi là "lỗ hổng".

Một chỗ rỗng trong xương hàm có nghĩa là do xương bị nhiễm bệnh không chữa lành được hoàn toàn. Xương và keo trám trên chỗ rỗng thể hiện như chữa lành bình thường. Lỗ bên trong xương hàm trở thành một *nơi trú ngụ của vi khuẩn kỵ khí* và thio-ethers của chúng giống như vết trám ống tủy răng. Một trong những nha sĩ giỏi làm việc với chúng tôi được hỏi bao nhiêu phần trăm răng khôn nhổ bỏ tạo ra vấn đề này. Ông trả lời *"99%"*.

Có thể làm được gì về vấn đề này? Vâng, các nha sĩ giỏi làm việc với chúng tôi hàng ngày phẫu thuật mở xương hàm của người bệnh và làm sạch các xương và dây chằng bị nhiễm bệnh. Kết quả thường là sức khỏe của bệnh nhân được cải thiện đáng kể.

Điều này nghe có vẻ đau đớn và khó khăn. Nhưng không phải vậy. Các nha sĩ này là các *chuyên gia gây mê.* Họ rất thành thạo bảo vệ bạn khỏi đau đớn và ảnh hưởng sau phẫu thuật xương hàm.

Thậm chí những người lớn tuổi với răng giả và không có răng cũng thường xuyên có vấn đề với các lỗ hổng trong xương

hàm. Khi bạn chưa được nha sĩ *thành thạo kiểm tra* thì bạn không nên giả định bạn miễn dịch với vấn đề này.

Bill đã có kinh nghiệm về vấn đề này vào năm 2010. Ông phát hiện hai chỗ trong bốn răng khôn đã nhổ bỏ của mình, đã bị nhiễm bệnh *56 năm* tính đến thời điểm đó. Hai chỗ đó đã được làm sạch và trám hỗn hợp thủy ngân 12 của ông (xem bên dưới) đã thay thế bằng composite. Năm trong số hỗn hợp trám thủy ngân là thân răng vàng, vốn đã ở trong miệng Bill khoảng 33 năm. Bill đã may mắn không có vấn đề gì nghiêm trọng về sức khỏe cho những chất độc nha khoa gây ra. Dĩ nhiên thủy ngân đã tác động rất nhiều đến các vấn đề mất ngủ của Bill trong những năm qua.

Hỗn hợp trám thủy ngân

Chất phổ biến nhất được sử dụng để lấp đầy những lỗ hổng trong răng của chúng ta trong khoảng 150 năm qua là một "hỗn hợp" được tạo thành bởi một số kim loại – bạc, thiếc, đồng và kẽm. Thật không may, *51% của hỗn hợp kim loại này là thủy ngân.* Từ năm 1970, hỗn hợp thủy ngân sử dụng trong các chất hàn trám này đã có *tác hại nhiều hơn trước.* Một trong những trang web tốt nhất chúng tôi đã tìm thấy với các sự kiện về chủ đề này là:

http://www.holisticmed.com/dental/amalgam/

Nếu bạn có bất kỳ hỗn hợp (màu bạc) trám nào trong miệng, chúng tôi khuyên bạn nên tìm hiểu trang web này. Nhiều đường dẫn về trang web này không còn lưu hành nữa. Tuy nhiên, nó sẽ cung cấp cho bạn một *tổng quan tốt* về các nghiên cứu về chủ đề này. Hầu hết các bạn chắc sẽ phát hiện ra một số triệu chứng của ngộ độc thủy ngân ứng với bạn.

Đây một trang web khác sẽ cung cấp cho bạn một tổng quan về chủ đề gây tranh luận này: http://users.penn.com/~rarearts/mercurypoisoning.htm

Theo bác sĩ Hal Huggins, các nghiên cứu về loại bỏ thủy ngân cho thấy 63% bệnh nhân trải qua loại bỏ hỗn hợp trám thủy ngân lại *bị ốm hơn*. Điều này là do các nha sĩ không có thiết bị phù hợp để kiểm soát hơi thủy ngân phát sinh bởi quá trình này. Bạn cần phải cẩn thận. Việc lựa chọn một nha sĩ có đủ năng lực phải được thực hiện chỉ với lời khuyên từ một người như Bill, người đã có kinh nghiệm với thông tin phản hồi từ hàng trăm khách hàng đã trải qua các điều trị nha khoa khác nhau từ năm 2000.

Ngoài ra, trong quá trình nhổ răng hoặc làm sạch tàn dư từ công việc làm răng trước đó, tất cả các nha sĩ sẽ phải sử dụng khoan. Việc này sẽ gây ra chảy máu và như vậy sẽ tạo *lối vào mạch máu cho độc tố* với số lượng lớn hơn bình thường. Bạn nên cân nhắc dùng *truyền tĩnh mạch vitamin* một ngày trước và sau khi làm răng, và lý tưởng là ngay lập tức sau khi nha sĩ kết thúc. Việc này sẽ tăng cường hệ miễn dịch của bạn và giúp bạn khắc phục các triệu chứng.

Về một số trợ giúp trong việc lựa chọn một nha sĩ có đủ năng lực, xin vui lòng xem phần huấn luyện tại trang web của Bill: http://Beating-Cancer-Gently.com

Những kim loại khác trong hàm bạn

Nhiều người trong chúng ta có nhiều bộ phận bằng kim loại khác nhau trong hàm như – thân răng, cầu, một phần lợi giả, v.v... Thông thường, người ta không xét nghiệm độ nhạy [phản ứng] của máu trước khi chèn những vật kim loại đó vào trong hàm của chúng ta.

Độ nhạy này khác nhau ở từng cá nhân. Việc lắp đặt bất kỳ vật liệu răng nào vào hàm của bạn đều phải xét nghiệm máu trước để xác định *phản ứng của bạn với các vật liệu nha khoa*. Các xét nghiệm này có sẵn. Các nha sĩ tốt thực hiện việc này như

một điều kiện tiên quyết để đưa bất kỳ vật liệu nào vào trong miệng của bạn.

Tìm một nha sĩ giỏi

Không dễ để tìm một nha sĩ tốt. Bạn có thể bắt đầu tìm kiếm tại một hoặc nhiều trang web sau:

Học viện quốc tế về sinh học nha khoa và y học (IABDM) http://IABDM.org.

Học viện quốc tế hoặc thuốc uống và chất độc (IAOMT) http://IAOMT.org.

Nói với nha sĩ của bạn theo cách nào

Lúc này bạn đã phải nhận ra một sự kiên định xuyên suốt cuốn sách: *hệ thống không quan tâm đến bạn và sẽ trừng phạt những người quan tâm tới bạn*. Theo đúng nghĩa, các bệnh nhân ủy thác trách nhiệm giúp đỡ và bảo vệ cho một bác sĩ đang hành nghề tôn vinh sự thật và giúp đỡ tất cả chúng ta. Nếu bạn nhìn lên từ "khắc nghiệt", định nghĩa đầu tiên sẽ là Hiệp hội nha khoa Hoa Kỳ (American Dental Association).

Vì vậy, đây là kịch bản:

1. Nói với nha sĩ rằng bạn hiện không có nha sĩ.

a. Điều này giải tỏa nha sĩ sinh học khỏi phải xin phép bất cứ *nha sĩ tẩy não* nào.

2. Nếu đang đối phó với ống tủy răng, hãy nói:

b. *Răng đau* và tôi muốn nhổ bỏ nó.

3. Nếu đang đối phó với một lỗ hổng, hãy nói:

a. Khu vực này đau khi chạm vào, tôi không thể nhai và nó sưng.

b. Hãy đánh giá và xử lý nó.

Tóm tắt

Kịch bản phổ biến nhất mà chúng tôi thấy trong nhiều năm làm việc với bệnh nhân ung thư như sau: gần như mọi người đều có *độc tố nha khoa nghiêm trọng* đã thâm nhập vào máu từ miệng của họ trong nhiều chục năm. Hệ miễn dịch đã xử lý các độc tố và chống đỡ những bệnh thoái hóa trầm trọng. Sau đó người ta trải qua loại *thách thức cảm giác áp lực* nào đó. Sự phối hợp làm cho hệ miễn dịch bị suy yếu đi là do: 1) áp lực; và 2) các độc tố nha khoa *lấn át hệ miễn dịch* và xảy ra khả năng xuất hiện của ung thư. Đảo ngược hai điều kiện này là một phần thiết yếu để phục hồi ung thư.

Chúng ta đưa những gì vào miệng mình

Tất nhiên nguyên nhân thứ ba phổ biến nhất của tất cả các bệnh ung thư là những gì chúng ta đưa vào miệng. Sau các kinh nghiệm chúng tôi làm việc với bệnh nhân ung thư, và khám phá các nguyên nhân ung thư ở họ, chúng tôi tin rằng nếu hai nguyên nhân trên không giải thích được lý do tại sao bạn bị ung thư, thì nguyên nhân duy nhất còn lại là *những gì chúng ta đưa vào miệng*.

Chúng tôi đã nói ở trên về tỉ lệ cao của ung thư ở những người hút thuốc. Hút thuốc gây ra nhiều loại ung thư, nhưng *nhiều hơn nữa là do thức ăn của chúng ta*. Hút thuốc đã giảm đáng kể ở Hoa Kỳ trong 50 năm qua. Nhưng tỉ lệ ung thư lại tăng lên đáng kể. Tại sao? Chúng tôi cho rằng đó là thực phẩm chúng ta ăn (cùng với tăng số lượng trám ống tủy răng).

Thức ăn nấu chín không có *enzyme và chỉ còn ít chất dinh dưỡng*. Tuy nhiên, văn hóa của chúng ta đã tạo ra một sự sùng bái các đầu bếp và thức ăn nấu chín. Hãy tin chúng tôi, ăn thức ăn nấu chín ít nhất là một phần *nguyên nhân của hầu hết các bệnh ung thư*.

Thực phẩm chúng ta mua trong siêu thị đã được xử lý tới mức mà không có động vật nhạy cảm nào muốn ăn. Có ai nhớ một quả táo với lỗ sâu mọt? Chuột trong phòng thí nghiệm đã được cho ăn *bột ngọt* (MSG) và *bị béo phì*. Sự khác biệt duy nhất trong chế độ ăn uống của chúng là cho thêm bột ngọt. Có tới *30 tên khác nhau cho bột ngọt* – carrageenan, đạm thực vật thủy phân, hương liệu tự nhiên, v.v... Không còn nghi ngờ gì nữa, đó là *nguyên nhân chính gây ra bệnh béo phì ở Mỹ*. Chỉ cần đọc các nhãn hàng. Nếu bạn có thể tìm thấy thực phẩm chế biến mà không có một số dạng bột ngọt trong nó, bạn sẽ được trao giải thưởng.

Mật cao trong ngũ cốc là loại đường mà bệnh ung thư ưa thích có trong phần lớn các thực phẩm bạn ăn. Nó rất có hại cho cơ thể, giống như đường tinh luyện, đó là thứ quá tệ. Hơn nữa, sau bột ngọt, nó là *phụ gia phổ biến nhất trong thực phẩm*. Nó gây nghiện. Con cái bạn nghiện vài loại ngũ cốc ăn sáng nào đó. Tại sao? Vì mật ngũ cốc cao trong đó.

Và, đừng để chúng tôi bắt đầu về *hóa chất, phẩm màu nhân tạo* và tất cả các chất phụ gia khác trong thực phẩm được chế biến. Mọi người hãy đối diện với nó. Các nhà sản xuất thức ăn *koital không quan tâm đến sức khỏe của bạn*. Họ quan tâm đến hình thức, thời hạn sử dụng và hương vị. Chỉ có bạn là quan tâm đến sức khỏe của bạn và thực phẩm sẽ khiến bạn bị bệnh.

Dưới đây là hai trích đoạn để bạn suy nghĩ:

1958: *"Theo những thống kê của chính phủ hiện nay, cứ sáu người sẽ có một người chết vì ung thư. Điều này sẽ sớm chấm dứt khi quyết định liệu tất cả chúng ta sẽ chết vì ung thư hoặc sẽ thay đổi về cơ bản tất cả các sinh hoạt và điều kiện dinh dưỡng của chúng ta"*. (Max Gerson, tác giả cuốn *Một liệu pháp ung thư* (A Cancer Therapy)).

2002: *"Ngày nay, một trong hai người đàn ông và một trong ba phụ nữ ở riêng Hoa Kỳ sẽ đối đầu với ung thư trong suốt cuộc sống*

của họ". (Bác sĩ Andrew von Eschenbach, Giám đốc Viện Ung thư Quốc gia trong cuốn *Hướng dẫn mọi người điều trị ung thư* (Everyone's Guide to Cancer Therapy)).

Làm gì đây? Hãy xem "bốn không – không" chúng tôi liệt kê ở trên. Nếu muốn *ngăn ngừa ung thư,* chỉ cần **loại bỏ** bốn loại thực phẩm trong chế độ ăn của bạn. Hạn chế ăn đạm động vật. Cố gắng xác định "loại chuyển hóa" của bạn và điều chỉnh đạm động vật theo đó cho phù hợp.

Bạn cũng có thể bắt đầu ăn một ít dầu hạt lanh và pho-mát không kem cho bữa ăn sáng – như chúng tôi ăn vào mỗi buổi sáng. Giữ hệ thống miễn dịch của bạn khỏe mạnh với một *sản phẩm tăng cường miễn dịch* (Transfer Point Beta Glucan) là một lựa chọn tốt. Uống một vài *viên Barley Power* mỗi ngày. Hàng ngày dùng sản phẩm vitamin/khoáng chất như Ích Lợi Mỗi Ngày và thêm một ít vitamin D3. *Những thói quen* này, cùng với hàng ngày tập thể dục và ánh nắng mặt trời *đã giữ cho chúng tôi khỏe mạnh.* Chúng sẽ tác động như vậy cho bạn.

Làm sao biết phác đồ của tôi đang vận hành tốt?

Một trong những câu hỏi thường gặp nhất khi chúng tôi tư vấn cho các bệnh nhân ung thư là: Có xét nghiệm nào nói cho tôi *chắc chắn* là tôi đang vượt qua ung thư? Vâng, không có xét nghiệm nào hoàn hảo. Có một loại xét nghiệm khá hữu hiệu, không đòi hỏi chỉ định của bác sĩ và khá rẻ. Đã kiểm chứng qua hơn 80 năm là một trong những cách *chính xác* nhất để xác định mức độ "tế bào phân chia bất thường" trong cơ thể bạn.

Tế bào phân chia bất thường chỉ xuất hiện nếu: a) Bạn mang bầu; b) Bạn có vết thương lớn đang điều trị; hoặc c) Bạn có ung thư. Phần lớn xét nghiệm ung thư (quét CT/PET, MRI, thử máu…) hơi *khó xác định/mơ hồ.* Nói gọn là chúng không cho bạn biết chắc chắn liệu bạn đã khỏe hơn chưa – vượt qua ung thư.

Báo cáo về các xét nghiệm chứa đựng từ ngữ mịt mờ và khó hiểu đối với bệnh nhân. *Xét nghiệm dưới đây cụ thể hơn.*

Đó là *xét nghiệm ung thư với nước tiểu HCG.* HCG viết tắt của Human Chorionic Gonadotropin – Kích thích tố màng đệm. Bạn có thể đã nghe về việc xét nghiệm này liên quan đến thử thai. Xét nghiệm này cho câu trả lời "Có/Không".

Loại xét nghiệm này xem xét cùng hiện tượng (tế bào phân chia bất thường) nhưng cho bạn biết *số lượng tương quan hay mức độ của những tế bào này không phân biệt nơi chúng đang trú ngụ trong cơ thể bạn hoặc nơi chúng xuất phát.* Nghe có vẻ thực tế hữu ích phải không?

Xét nghiệm này cho kết quả chỉ một con số. Nếu số đó là 50 hoặc lớn hơn, và bạn có chẩn đoán bị ung thư, điều đó cho thấy mức độ của những tế bào ung thư này trong cơ thể bạn. Nếu số đó là *49,9* hay thấp hơn, bạn hầu như chắc chắn có con số bình thường của "các tế bào phân đôi bất thường" (tế bào ung thư) trong *cơ thể.*

Cái hay của xét nghiệm này là nó cho bạn biết *hướng đi đúng.* Không có xét nghiệm hoàn hảo. Tuy nhiên, sau xét nghiệm thứ hai, nếu con số ở lần hai thấp hơn, bạn có thể gần như chắc chắn rằng *điều bạn thực hiện đang có hiệu quả.* Hi vọng, kết quả này khích lệ bạn tiếp tục đến khi bạn đạt mức bình thường (dưới 50 đối với xét nghiệm này).

Giá xét nghiệm chỉ 55 đô-la Mỹ. Không cần chỉ định của bác sĩ. Hãy so sánh xét nghiệm này với xét nghiệm máu AMAS có giá 165 đô-la cộng phí vận chuyển FedEx và cần có chỉ định của bác sĩ. Hơn nữa, xét nghiệm nước tiểu HCG *chính xác hơn* xét nghiệm AMAS.

Xét nghiệm này chỉ làm ở Bệnh viện Navarro tại Manila ở Philippines của bác sĩ Efren Navarro, cha của bác sĩ Navarro đã

phát minh ra việc sử dụng các xét nghiệm này để phát hiện ung thư *trong những năm 1930.* Độ chính xác của nó đã được thiết lập từ hơn 80 năm nay.

Bạn phải trả 55 đô-la trên PayPal hoặc chuyển tiền đến một địa chỉ ở Mỹ của em gái của bác sĩ Navarro. Nếu chuyển tiền thì bạn cần phải gửi cả một bản sao của lệnh chuyển tiền hoặc séc trong gói bạn gửi đến Phòng khám Navarro tại Manila, Philippines.

Bưu điện quốc tế hạng nhất mất khoảng bảy đến tám ngày để đến đó và chi phí khoảng 0,98 đô-la từ Mỹ. Thông thường bạn sẽ nhận được kết quả trong khoảng 9-10 ngày NẾU bạn gửi cho họ địa chỉ e-mail của bạn cùng với mẫu cặn khô nước tiểu. Bưu điện ưu tiên hoặc nhanh (Express Mail) thường gặp trở ngại *với Hải quan* ở Philippines.

Sử dụng một bộ kit thử do một trong những độc giả của Bill để chuẩn bị các mẫu nước tiểu sẽ *dễ dàng hơn nhiều.* Các bộ kit do Dave Karlovich phát triển, có sẵn ở cả hai định dạng của Mỹ (với acetone và rượu bạn cần chuẩn bị mẫu) và một định dạng quốc tế (không có chất lỏng). Nó giúp cho toàn bộ quá trình *dễ dàng hơn nhiều* với hình ảnh và từng bước theo các hướng dẫn cùng với ly đo, bộ lọc, phong bì thư, mẫu hải quan v.v... Một bộ là đủ cho một số xét nghiệm. Nó khá rẻ và có sẵn tại:

http://www.JoeBallCompany.com.

Tại sao phải xét nghiệm nước tiểu HCG?

Xét nghiệm phát hiện ra HCG trong nước tiểu, bác sĩ ung thư lừng danh Manuel D. Navarro đã phát triển từ những năm cuối thập niên 1930. Nó chỉ ra sự hiện diện của tế bào ung thư thậm chí *trước cả các dấu hiệu hay triệu chứng* bộc lộ. Bác sĩ Navarro tìm thấy HCG ở mức độ cao trong tất cả các loại ung thư.

Xét nghiệm này dựa trên lý thuyết đề xuất của bác sĩ Howard Beard và các nghiên cứu viên khác, họ cho rằng ung thư có liên quan đến một *tế bào lá nuôi phôi* nhầm vị trí trở nên ác tính theo cách giống như có bầu, chúng đều tiết ra HCG. Kết quả là đo số lượng HCG tìm thấy trong máu hay nước tiểu cũng giống như đo mức độ ác tính. Số càng cao, độ gay go của của ung thư càng lớn.

[**Nhận xét:** *Trong 10 năm qua, chúng tôi nghe thấy có* hàng trăm *người đã làm xét nghiệm này. Hầu hết các số đầu tiên của họ là giữa 53 và 63. Phạm vi lý thuyết của các số trong xét nghiệm này là từ không đến 10.000. Bác sĩ Efren Navarro, con trai của nhà phát minh xét nghiệm này hiện đang điều hành Phòng khám Navarro ở Philippines, nói rằng ông đã từng thấy con số khoảng* "hơn 1.000". *Con số cao nhất chúng tôi từng nghe là 130].*

Theo kinh nghiệm của chúng tôi, xét nghiệm này *khá chính xác.* Sự sụt giảm con số trong xét nghiệm thứ hai thậm chí một hoặc hai điểm cũng là dấu hiệu rất chính xác rằng "những gì bạn đang làm là hiệu quả". Thông báo bạn nhận lại từ phòng khám Navarro sẽ đại loại như "+4 [54,3 IU] con số này cho thấy... v.v...". Số "+4" không quan trọng, nó chỉ đưa đến một biểu đồ với một vài mức độ kết quả của xét nghiệm này nên hãy bỏ qua nó.

Nước tiểu, ngược lại với máu hay huyết thanh, là mẫu thích hợp hơn cho xét nghiệm này. Năm 1980, Papapetrou và các đồng tác giả đã báo cáo về độ chính xác của mẫu xét nghiệm được sử dụng trong xét nghiệm HCG. Trong 32 trường hợp ung thư thì xét nghiệm nước tiểu cho *31 kết quả dương tính* trong khi chỉ có *12 kết quả dương tính khi dùng máu xét nghiệm.*

[Nhiều người hỏi chúng tôi "Tại sao gửi đến Philippines? Không có các phòng thí nghiệm ở Mỹ hoặc các nước khác có thể làm xét nghiệm này sao? " Có, tuy nhiên, nó đòi hỏi sự tham gia của một bác sĩ Mỹ viết một chỉ định và bệnh nhân phải gặp bác sĩ đó. Ngoài ra,

chi phí nhiều hơn đáng kể. Hầu hết các phòng thí nghiệm ở Mỹ và các nước khác chỉ làm mẫu máu cho xét nghiệm này. Nó ít rắc rối hơn nhiều cho nhân viên phòng thí nghiệm, nhưng, như bạn có thể thấy ở trên, xét nghiệm nước tiểu chính xác hơn nhiều].

HCG được tìm thấy trải qua glycosy hóa ở gan khi vận chuyển trong hệ tuần hoàn. Vì thế, phân tử HCG không thể bị phát hiện. Phân tử đó không trải qua quá trình này ở thận nên nó vẫn *nằm nguyên trong nước tiểu*.

Xét nghiệm phát hiện ra ung thư não sớm hơn *29 tháng trước khi xuất hiện triệu chứng;* 27 tháng đối với u xơ trong ổ bụng; 24 tháng đối với ung thư da; 12 tháng đối với ung thư xương.

Hiện nay rất nhiều bệnh nhân ung thư trên khắp thế giới lấy ưu thế về *chẩn đoán chính xác* của xét nghiệm này làm chỉ số cho *hiệu quả của phương pháp điều trị ung thư của họ.* Các bệnh nhân làm theo chỉ dẫn rất đơn giản để chuẩn bị phần chiết khô mẫu nước tiểu. Bộ kit thử (xem ở trên) khiến quá trình dễ dàng hơn nhiều. Cặn chiết được gửi đến Phòng khám Navaro để tiến hành xét nghiệm HCG và phòng khám sẽ gửi lại cho bạn email về kết quả.

Chuẩn bị mẫu thế nào?

Hướng dẫn rõ ràng để chuẩn bị mẫu, vận chuyển và phương thức thanh toán có tại trang web của Tiến sĩ Navarro: http://www.navarromedicalclinic.com/index.php

Điểm cốt yếu: Chúng tôi khuyên bạn nên làm xét nghiệm HCG nước tiểu với phòng khám của bác sĩ Navarro *càng sớm càng tốt sau khi được chẩn đoán bị ung thư.* Xét nghiệm này sẽ cung cấp cho bạn một con số "chuẩn". Đây có thể là xét nghiệm duy nhất bạn cần. Thỉnh thoảng bạn có thể cần quét CT/PET để xác nhận kết quả xét nghiệm HCG. Nhưng hãy cố giảm thiểu những

xét nghiệm phóng xạ này. Chúng đặt bạn vào tình trạng có số lượng lớn bức xạ. MRI là năng lượng từ tính, không phải bức xạ, tuy nhiên, chúng rất tốn kém và khá mơ hồ. Những xét nghiệm máu nhận dạng ung thư (CEA, CA-125, v.v...) có thể không cần thiết nếu bạn đang làm xét nghiệm HCG nước tiểu của Phòng khám Navarro về ung thư. Chúng kém chính xác hơn.

Định kỳ xét nghiệm này như thế nào?

Bác sĩ Navarro cho biết thời gian tối ưu giữa các xét nghiệm là 8 tuần. Chúng tôi phỏng đoán bạn sẽ sốt ruột và muốn xem số tiếp theo sớm hơn 8 tuần. Hãy chờ ít nhất 6-7 tuần giữa các xét nghiệm.

Những phương pháp điều trị ung thư hiệu quả khác

Trong phần sau, chúng tôi sẽ mô tả một số phương pháp điều trị khác mà chúng tôi đã nghiên cứu. Tất cả đều đúng đắn và có tác dụng tốt cho nhiều người. Tuy nhiên, chúng tôi đề nghị bạn thực hiện chế độ nêu trước đây khoảng sáu đến tám tuần [và đo sự thành công với ít nhất hai xét nghiệm nước tiểu thử ung thư Navaro] *trước khi bạn bắt đầu thêm phương pháp điều trị khác.* Trong sáu đến tám tuần đó, hãy cố loại bỏ những nguyên nhân chúng ta đã thảo luận ở trên. Trong hầu hết các trường hợp khi chế độ chúng tôi nêu ở trên đã xử lý được ung thư, thì việc thêm các khoản khác nữa là không cần thiết.

Hãy nhớ rằng, cơ thể có chu kỳ chữa bệnh sáu tuần. Ngoài ra, các biện pháp chữa trị tự nhiên cũng mất thời gian. Đừng quên rằng phải mất cỡ khoảng một vài tháng đến một vài năm trước khi ung thư phát triển đủ để được chẩn đoán. Hãy kiên nhẫn!

Có hai nguyên nhân khiến chúng tôi khuyên bạn điều này: Thứ nhất, quá nhiều phương pháp điều trị sẽ có nguy cơ làm

bạn *mất kiên nhẫn* với toàn bộ chế độ và từ bỏ quá sớm – "Cái này quá phức tạp – tôi từ bỏ!" Trên hết, chúng tôi không muốn điều này xảy ra với bạn; và thứ hai, chế độ của chúng tôi hiện nay có tác dụng cho rất nhiều người bị *các loại và các giai đoạn ung thư* – trên khắp thế giới – và chúng tôi muốn bạn thử. Hãy nhớ rằng hóa trị có hiệu quả với dưới 3% tổng số bệnh nhân ung thư. Nó hầu như luôn luôn có tác dụng phụ gây hại! Đừng hốt hoảng. Ung thư KHÔNG phải là một án tử hình.

Nên nhớ, việc *cam kết 100%* với hầu hết mọi chế độ được thiết kế tốt sẽ bảo đảm thành công – *"hiệu ứng tinh thần và thể xác"* ta đã biết. Cơ hội tốt nhất chiến đấu với ung thư mà bạn có là thay đổi *"triệt để" và "thường xuyên"* lối sống của bạn VÀ xử lý các nguyên nhân gây ung thư (xem ở trên).

Tất nhiên, bạn và chỉ bạn thôi chịu trách nhiệm chăm sóc sức khỏe của bạn. *Chỉ bạn mới có thể làm bạn khỏi bệnh.* Xin hãy nhớ lấy điều đó. Bởi vậy, nếu bạn quyết định làm ba hay bốn trị liệu sau đây – thì cứ làm. *Chính bạn là bác sĩ, theo đúng nghĩa đen.* Những gì bạn đang đọc ở đây chính là "điều chúng tôi sẽ làm nếu chúng tôi là bạn".

Vậy, hãy tiến lên…….

Bài tập với trị liệu ô-xy (EWOT)

Dưới đây là thông điệp từ thành viên xuất chúng của hệ thống nghiên cứu và vận động chống ung thư của chúng tôi, *Art Brown.*

"EWOT là viết tắt của Exercise With Oxygien Therapy *(Bài tập với trị liệu ô-xy). Một người đơn giản chỉ dành ra* 15 phút mỗi ngày *trên máy chạy bộ trong khi* thở ô-xy tinh khiết. *Ô-xy dưới áp lực là thủ thuật ô-xy được nén vào trong cơ thể sẽ tuần hoàn vòng quanh trong cơ thể khi tập thể dục. Yêu cầu áp lực* O_2 *cố định [sáu*

lít mỗi phút], dùng lượng vitamin nhất định khoảng ½ giờ trước… Xem ra mọi người đang khẳng định các loại hiệu ứng trẻ hóa tuyệt vời của phương pháp điều trị này, đặc biệt là đối với người lớn tuổi. Robert J. Rowen *ở California là một trong những người đề xướng mạnh mẽ nhất. Khi còn ở Alaska, ông đã chịu trách nhiệm chính ban hành những điều luật của liên bang Mỹ* bảo vệ các bác sĩ điều trị theo phương pháp thay thế khỏi sự tấn công gay gắt *của những người theo y tế chính thống.*

Tôi không thể giúp đỡ, nhưng tôi nghĩ cách điều trị này có thể có lợi ích nhiều cho bệnh nhân ung thư. Nó được thiết lập hợp lý vì ô-xy là một trong những kẻ thù tồi tệ nhất của ung thư."

Dưới đây là trang web có nhiều thông tin hơn:

www.alkalizeforhealth.net/freshjuices.htm

EWOT

Bác sĩ William Campbell Douglass mạnh mẽ khuyên dùng phương pháp EWOT. EWOT là bài tập nhẹ trên máy chạy bộ hoặc xe đạp tại chỗ trong khi thở bằng ô-xy tinh khiết. EWOT tạo ra lợi ích từ trị liệu hydro peroxit và bạn có thể tập tại nhà. Đặt dòng O_2 với sáu lít mỗi phút, đưa ống nhỏ vào mũi và tập với nhịp vừa phải trong 15 phút trong khi thở bằng ô-xy tinh khiết. Như một phần trong phòng ngừa ung thư và chương trình duy trì sức khỏe, bạn nên thực hiện ít nhất mỗi tháng một lần. Nếu bạn ốm vì bất cứ bệnh gì, hãy làm EWOT thường xuyên. Đặc biệt nên làm EWOT sau phẫu thuật, hóa trị, xạ trị, X-quang và đốt. Các Spa, phòng khám, câu lạc bộ sức khỏe trong nước cần có EWOT."

Giải thích chi tiết: Nếu bạn chỉ có ống thông mũi, thì dòng ô-xy bị *giới hạn* trong khoảng hai đến ba lít mỗi phút, bất kể bạn cài đặt dòng như thế nào. Nếu bạn cần hoặc muốn vượt quá ba lít mỗi phút, bạn phải sử dụng mặt nạ.

Dưới đây là một vài trang web để tìm kiếm những thiết bị bạn sẽ cần nếu bạn muốn làm EWOT.

http://ewot.com

và

http://ocfitnesssource.com

Nói về Art Brown, đừng bỏ lỡ trang web của người chiến sĩ thập tự lâu dài này để chữa bệnh sử dụng các nguồn tự nhiên: http://alternative-cancer.net

Trà Essiac

Nếu bạn từng lướt internet tìm kiếm về điều trị ung thư, thì chắc chắn bạn được nghe về trà Essiac. Có rất nhiều chứng thực về hiệu quả *chống các loại ung thư* của loại trà này. Dưới đây là một số thông tin cơ bản.

Trà Essiac là hỗn hợp thảo dược. Công thức đã bị thầy lang thổ dân da đỏ Ojibwa vứt bỏ. Năm *1922* nó rơi vào tay cô y tá vùng Ontario, Canada tên là Rene Caisse. Mặc dù lúc đó cô Rene không bị ốm, nhưng cô đã hỏi được công thức để phòng khi cô cần đến.

Thật không may và trớ trêu, một thành viên trong gia đình cô đã được chẩn đoán bị ung thư và chỉ còn sống sáu tháng nữa. Nhận thấy "chẳng có gì để mất" Rene quyết định thử sản phẩm đang có gọi là trà "Essiac" (là đánh vần ngược chữ Caisse) cho bà cô đang chết. Kết quả là bà cô đã *sống thêm 21 năm*. Cuối cùng bà đã mất vì những nguyên nhân tự nhiên.

Được khích lệ bởi thành công trong việc chữa trị cho bà mình bằng trà Essiac, Rene Caisse bắt đầu đưa cách chữa bệnh này ra cho bất cứ ai hỏi cô. Rốt cuộc, bác sĩ Charles Brusch *(bác sĩ riêng của cựu Tổng Thống John F. Kenedy)* nghe được về thành công của trà Essiac và trở thành *đối tác nghiên cứu* cùng Rene.

Công thức gốc của trà Essiac có tám loại dược thảo. Hỗn hợp pha trộn phổ biến ngày nay gồm rễ cây ngưu bàng (Burdock Root), me chua (Sheep Sorrel), rễ đại hoàng Thổ (Turkish Rhubarb Root), cỏ ba lá đỏ (Red Clover), cải xoong (Watercress), cúc gai (Blessed Thistle), tảo bẹ (Kelp) và vỏ cây hồng du (Slippery Elm bark). Dù không có nghiên cứu lâm sàng chính thức nào được hình thành để hỗ trợ công lao của trà Essiac, nhưng rất nhiều, rất nhiều người đã ca ngợi hiệu quả thuyên giảm đau ốm bao gồm ung thư, thấp khớp, vấn đề hệ tuần hoàn, nhiễm trùng đường tiết niệu, tiền liệt tuyến và hen.

Từ *1922 đến 1978*, y tá Caisse đã giúp hàng nghìn người bằng công thức thảo dược gốc tại phòng khám của cô ở Bracebridge, Ontario, Canada. Mặc dù *từ chối nhận tiền* cho những dịch vụ của mình, cô chấp nhận tài trợ để giúp hỗ trợ cho phòng khám của cô. Rene Caisse đã cống hiến cuộc đời mình để giúp mọi người dịu bớt đau đớn bằng sử dụng công thức Essiac.

Lời cảnh báo duy nhất của cúng tôi là mua từ một *nguồn có uy tín.*

Nếu tìm trên Google bạn sẽ thấy *410.000* trở lên các tham khảo liên quan đến "trà Essiac". Là một nguồn bổ sung đơn giản và không đắt vào chế độ chúng tôi nêu ở trên, nên đây là một lựa chọn tốt. Dưới đây là một nguồn chúng tôi tin tưởng. Allen Wenzel đã giúp đỡ bệnh nhân ung thư và những bệnh nhân khác bị các bệnh thoái hóa trong 20 năm. Ông đã nghiên cứu kỹ lưỡng công trình của Rene Caisse và cung cấp một phiên bản hoàn toàn chính xác với các loại thảo mộc của cô. Allen tự trồng hầu hết các loại thảo mộc. Đây là trang web của ông:

http://AllensClub.com

Trà Pau D'Arco

Rất nhiều người được chữa khỏi các loại ung thư nhờ uống trà Pau d'Arco (còn được biết là trà Taheebo). Rõ ràng, đây là thứ bạn cần biết.

Người phi công về hưu Roger DeLong đã tự chữa khỏi ung thư nhờ sử dụng trà Pau D'Arco. Ông rất tin tưởng rằng trà này có thể giúp nhiều người và ông thiết lập cách làm đơn giản và rẻ tiền cho các bệnh nhân ung thư. Trong nhiều năm, Roger đã nhập khẩu về hàng tấn và bán (ông thậm chí cho không những người không có khả năng mua). Ông không làm việc này nữa, nhưng ông có một trang web với rất nhiều thông tin và *một vài nguồn cung cấp ông tin tưởng*. Chi phí là khoảng 25 đô-la một pound (0,45kg), đó là lượng dùng trong một tháng. Trang web của Roger là:

http://www.Pau-d-Arco.com

Loại trà này lôi cuốn chúng tôi bởi cách chữa ung thư không đắt và hiệu quả. Không có cảnh báo về gây trở ngại với các phương pháp điều trị khác mà chúng tôi biết. Cảnh báo duy nhất của chúng tôi là mua trà từ nguồn hàng uy tín như Roger DeLong thì chắc chắn bạn sẽ có được sản phẩm thực sự hiệu quả.

Prorocel/Cancell/Entelev

Trong phần này chúng tôi sẽ giới thiệu với bạn con người tuyệt vời sống sót khỏi ung thư, bạn có thể gọi điện thoại nếu muốn.

Elonna McKibben, kẻ sống sót từ ung thư nguyên bào đa dạng

Chỉ có vài câu chuyện sống sót được từ ung thư kịch tính như của Elonna McKibben. Năm 1989, Elonna đẻ sinh năm. Bốn bé sống sót. Elonna dạy tại nhà cả bốn đứa suốt đến trung học.

Khi những trẻ sơ sinh của cô được hai tuần rưỡi tuổi, Elonna được chẩn đoán bị mắc một dạng rất hiếm của ung thư hệ thần kinh gọi là *ung thư nguyên bào đa dạng, giai đoạn IV* (Glioblastoma Multiforme). (Theo y học chính thống, ung thư nguyên bào đệm ác tính hầu như luôn luôn gây tử vong). Chẩn đoán này là kết quả của quét CT vì cô bị đau dữ dội trong và sau khi mang thai. Quét CT cho thấy nguồn gốc đau của cô là một *khối u tủy sống ở ngực.*

Sau khi phẫu thuật cắt bỏ khối u, Elonna bị tê liệt từ thắt lưng trở xuống. Cô được cho biết khối u đó là ác tính. Các bác sĩ nói rằng *không thể loại bỏ nó* hoàn toàn và rằng cô sẽ không sống để nhìn thấy ngày sinh nhật đầu tiên của bốn đứa con.

Cô được đề nghị điều trị hóa trị tủy xương rất mạnh hoặc 30 liều phóng xạ chuẩn định rất cao. Các bác sĩ nói "điều trị" này sẽ gây tổn hại lớn cho cơ thể và hi vọng cao nhất của cô với điều trị này là sống thêm ba đến sáu tháng.

May mắn cho Elonna, sự kiện sinh năm của cô và chẩn đoán bệnh ung thư tiếp sau đó đã kéo theo rất nhiều thông tin trên truyền thông. Elonna và chồng cô là Rob nhận được rất nhiều thư đề xuất phương pháp điều trị "thay thế". Một trong số đó là *Cancell*. Rất nghi ngại lúc đầu, Elonna nói với Rob: *"Nếu có một cách chữa bệnh ung thư, anh có nghĩ họ sẽ sử dụng nó thay vì để cho hàng ngàn người chết hay không?"*

Được Rob khuyến khích, Elonna bắt đầu dùng Cancell vào ngày 12 tháng 11, 1989. Cô quyết định *từ chối các phương pháp điều trị chính thống* vì chúng đưa ra rất ít hi vọng. Vào cuối tuần lễ thứ hai dùng Cancell của Elonna, cô được nhận trở lại vào bệnh viện vì các cục máu đông và một vấn đề về hemoglobin. May mắn thay, trong tám ngày trong bệnh viện, gia đình cô đã mang các Cancell đến bệnh viện và đưa nó cho cô suốt ngày đêm.

Sau vài tuần, Elonna bắt đầu ghi nhận sự cải thiện trong bệnh trạng của cô. Trong thực tế, *18 giờ* sau khi uống liều Cancell đầu tiên, *sự "chết" của các tế bào ung thư bắt đầu*. Cô mô tả "sự tiêu giảm" (bài tiết các tế bào ung thư chết) như sau:

"Đúng là nó ra khỏi cơ thể tôi: Tôi nôn ra; đi tiêu rất thường xuyên và phân lỏng. Tôi thải qua nước tiểu; dịch mũi chảy ra rất nhiều, tôi phải giữ một khăn mỏng suốt ngày. Tôi đổ mồ hôi đầm đìa, và tôi có những cảm giác nóng, lạnh và đổ mồ hôi đêm. Khi các y tá đưa cho tôi một miếng bọt biển để lau sau khi đổ mồ hôi đêm thì nước là một màu nâu vàng, mà họ gọi là 'quả bóng sắn' nổi trong đó".

Các triệu chứng tiêu giảm Elonna trải qua là đáng giá. Trước sự ngạc nhiên của mọi người, cô đã scan toàn bộ não và tủy sống của mình vào tháng 2 năm 1990 (chỉ *ba tháng rưỡi* sau khi cô bắt đầu với Cancell) và không có dấu hiệu của ung thư.

Elonna đã phải chịu đựng một cuộc vật lộn dài và đau đớn của vật lý trị liệu để phục hồi khả năng đi lại của mình. Tuy nhiên hiện tại, cô đã *khỏe và chỉ đôi khi sử dụng khung tập đi.* Elonna đã tư vấn miễn phí qua điện thoại cho hàng trăm bệnh nhân khác bị ung thư. Bạn có thể gặp cô ấy tại nhà cô ở Ohio. Để tìm số điện thoại của cô, chỉ cần vào trang web của cô: http://ElonnaMcKibben.com.

Để hoàn chỉnh câu chuyện về Cancell (bây giờ gọi là Protocel), chỉ cần vào trang web của Tanya Pierce: http://www.OutsmartYourCancer.com. Ở đó, bà có hai lựa chọn. Bạn có thể mua cuốn sách tuyệt vời của bà *Khôn ngoan hơn ung thư của bạn* (Outsmart Your Cancer) hoặc bạn có thể mua bốn chương trích từ sách, trong đó có chứa *câu chuyện đầy đủ về Cancell/Protocel* – hoàn chỉnh từ làm thế nào để có nó, ăn những gì với nó, không ăn những gì với nó và đến nhiều sự kiện lịch sử. Phần trích này là một cuốn sách điện tử mà bạn có thể *tải về chỉ với 9,95 đô-la.*

Mua Protocel (tên hiện tại ngoại trừ ở Úc được gọi là "Entelev"), chỉ cần vào:

http://www.ProtocelGlobal.com. Họ không hề khẳng định về chữa ung thư. Điều đó tất nhiên là cần thiết để duy trì trang web và tránh FDA quấy rối.

Trường hợp khác phục hồi nhờ Protocel

Dưới đây là lá thư khác Bill nhận được từ một bạn đọc ở Brazie tháng 7 năm 2003:

"Bill thân mến,

Cảm ơn anh đã trả lời tôi rất nhanh mặc dù anh đang ở đâu đó trên đường.

Hôm nay tôi có cuộc gặp gỡ khác với "chuyên gia ung thư" ở Sao Paulo. Ông ấy bảo muốn cắt bỏ hạch bạch cầu bên trái cổ và dùng liệu pháp phóng xạ để đốt khối u. Câu trả lời của tôi là: Không bao giờ!!

Tôi dùng PROTOCEL từ mồng 4 tháng 6 (2003) và khối u chắc chắn nhỏ đi và mọi đau đớn thỉnh thoảng vẫn bị đã biến mất. Anh có thể hình dung được không? Chỉ trong có 12 ngày!

Ngày mai tôi sẽ đi kiểm tra tại phòng khám tự nhiên, ở đấy ai đó sẽ giám sát sự tiến bộ của tôi cặn kẽ hơn. Tôi sẽ báo cho anh tiến triển của tôi. Xin cảm ơn một lần nữa, Bill! Anh là phúc lành thực sự!

Ove"

Tại báo cáo gần đây, Ove đã thoát khỏi ung thư và sống khỏe.

Graviola

George Freaner là người bạn tốt của Bill, một bệnh nhân khác 86 tuổi và hơn 25 năm sống sót khỏi ung thư, đã gửi cho ông bài báo về Graviola. Có thể bạn đã nghe về chất này từ

trước, nhưng chúng tôi muốn nhắc bạn, vì nó sẵn có, không cần đơn bác sĩ và khá *rẻ!*

Dưới đây là bài báo trích từ *Hướng dẫn đầy đủ của bác sĩ về chế ngự ung thư* (The Doctor's Complete Guide to Conquering Cencer) do Agora Health Book ở Baltimore xuất bản:

Chiến sĩ chống ung thư tự nhiên từ Amazon có lẽ 10.000 lần khỏe hơn hóa trị.

Các thầy thuốc dân gian ở Amazon biết về cây graviola từ hàng thế kỷ trước. Nhưng bệnh nhân ung thư chỉ mới biết về lợi ích mà thuốc tự nhiên này mang đến cho chúng ta mà một số người nói nó còn mạnh hơn cả hóa trị.

Với những nghiên cứu trong 30 năm qua ở 20 phòng thí nghiệm, graviola được phát hiện để tuyển chọn tiêu diệt tế bào ung thư ác tính – các tế bào ung thư vú, ruột, tiền liệt tuyến, tuyến tụy và đặc biệt là phổi. Hai hóa chất chiết xuất từ hạt graviola trong 2.000 nghiên cứu tại Catholic University (Trường Đại học Công giáo) ở Hàn Quốc chỉ ra những kết quả gây hại tế bào có thể sánh với adriamycin – thuốc phổ biến của hóa trị. Một nghiên cứu khác công bố trên Tạp chí về các sản phẩm tự nhiên (Jurnal of Natural Products) năm 1996 tìm thấy graviola tiêu diệt tế bào ung thư ruột '10.000 lần hiệu lực hơn adriamycin'. Nghiên cứu tại Trường Đại học Purdue phát hiện lá cây graviola tiêu diệt sáu loại tế bào ung thư khác nhau, chỉ ra hiệu quả đặc biệt chống tế bào ung thư tiền liệt tuyến, ung thư tuyến tụy và ung thư phổi.

Những người đề xuất graviola báo cáo rằng nó có thể tuyển chọn tiêu diệt các tế bào ung thư mà không làm hại các tế bào khỏe mạnh – và không có tác dụng phụ nghiêm trọng. Một vài người sử dụng thấy có hiện tượng sôi bụng khi dùng liều cao; điều này có thể tránh được bằng cách uống graviola với thức ăn. Dùng như thực phẩm bổ sung, không cần có thẩm duyệt của FDA và sẵn có với thư đặt hàng đến Raintree Nutrition; Điện thoại (800) 780-5902. Raintree cung cấp

lá Graviola có thể làm thành trà hoặc viên thuốc Graviola. Liều dùng từ một đến năm gram graviola mỗi ngày hoặc 6 đến 8 viên nang mỗi ngày. Giá khoảng 20 xu 1 viên graviola.

Bản nghiên cứu gốc

Chúng tôi thường không trích dẫn những tài liệu nghiên cứu gốc. Đây là ví dụ một trong số đó nói về graviola *sẽ cho bạn biết tại sao:*

"Đó là những chất ức chế hiệu nghiệm của NADH: Co-enzyme Q enzyme ô-xy hóa khử là enzyme thiết yếu trong hợp chất I dẫn đến ô-xy hóa (gỉ) trong ty thể (nằm ngoài tế bào). Một báo cáo gần đây chỉ ra chúng tác động trực tiếp vào chất xúc tác từ ki-nôn trong hợp chất I và trong vi khuẩn glu-cô có tác dụng khử hy-đrô. Chúng cũng ngăn cản coenzyme Q liên kết NADH ô-xy hóa cá biệt với màng huyết tương của tế bào ung thư".

Và bây giờ là – tiếng Anh

Tuy nhiên, dưới đây là đoạn trích cũng từ báo cáo đó trong nghiên cứu của trường Đại học Purdue về gravoila, có thể giải đoán được hơn chút cho những người không chuyên như chúng ta và khá có ý nghĩa.

"Năm 1997 trường Đại học Purdue công bố thông tin đầy hi vọng rằng một loạt annonaceous acetogienins 'không chỉ hiệu quả khi tiêu diệt khối u được chứng minh là kháng tác nhân chống ung thư, mà xem ra còn có lực hút đặc biệt với tế bào kháng đó'. Trong loạt phỏng vấn sau khi thông tin đó được công bố, bác sĩ Jerry McLaughlin, nhà dược học Purdue, dẫn dắt hầu hết các nghiên cứu của Purdue về những hóa chất annona [graviola] nói những tế bào ung thư sống sót với hóa trị có thể phát triển đề kháng với tác nhân chính thống cũng như chất khác dùng chống lại chúng, thậm chí cả những thuốc không liên quan. McLaughlin nói: 'Thuật ngữ kháng đa thuốc (multi-drug

resistance – MDR) được áp dụng trong hiện tượng này'. Ông giải thích đề kháng này phát triển trong tỉ lệ nhỏ các tế bào ung thư khi chúng phát triển một 'bơm gián tiếp P-glycoprotein' có khả năng đẩy các tác nhân chống ung thư ra khỏi tế bào trước khi chúng có thể tiêu diệt nó. Các tế bào bình thường hiếm khi phát triển bơm như thế.

McLaughlin nói trong một tuyên bố từ Purdue: 'Nếu có bơm là điều tốt như vậy thì tất cả các tế bào đều muốn có. Nhưng tất cả tế bào lại không có'. 'Trong quần thể cho trước của các tế bào ung thư trong một người có lẽ chỉ 2% tế bào ung thư có bơm. Nhưng 2% tế bào ung thư rốt cuộc tăng trưởng và mở rộng để tạo ra những khối u kháng thuốc'. McLaughlin và các đồng nghiệp nói một số nghiên cứu đã cố gắng né tránh những bơm này bằng cách khiến chúng bận rộn với liều ồ ạt của các thuốc khác như tác nhân huyết áp veparamil. Bằng cách này, hi vọng một số thuốc chống ung thư lọt vào tế bào và tiêu diệt nó. Nhưng việc này có tiềm năng sinh ra tác dụng phụ tai hại như tụt huyết áp.

Trong số tháng 6 [1997] của Cancer Letters, các nhà nghiên cứu Purdue báo cáo annonaceous acetogienin, bullatacin, [graviola] ưu tiên tiêu diệt các tế bào ung thư kháng đa thuốc vì nó ngăn chặn sản xuất a-đê-nô-xin tri-phốt-phát ATP – hợp chất chính vận chuyển năng lượng trong cơ thể. McLaughlin nói: 'Một tế bào kháng đa thuốc cần có khối năng lượng cực lớn để vận hành bơm và đẩy mọi thứ ra khỏi tế bào'. 'Bằng việc ngăn chặn sản xuất ATP, chúng ta về cơ bản rút phích cắm ra khỏi nguồn năng lượng'. Nhưng về tác động lên ATP trong các tế bào bình thường thì thế nào? Nhà nghiên cứu của Purdue nói:'Tế bào bình thường và tế bào ung thư tiêu chuẩn có khả năng giảm thiểu ảnh hưởng của hợp chất này vì chúng không cần đến khối năng lượng khổng lồ mà các tế bào vận hành bơm đòi hỏi'.

'Năng lượng bổ sung mà tế bào đề kháng sử dụng cho bơm cũng như tăng lên, nên năng lượng thực sự bị đòi hỏi gay gắt. Khi ta gây rối cung cấp năng lượng, nó tiêu diệt tế bào'."

Paw Paw

Mùa đông năm 2003 Bill có cuộc trao đổi với bác sĩ Jerry McLaughlin. Ông là người chúng tôi đã trích dẫn ở trên về graviola. Bác sĩ McLaughlin đã rời vị trí nghiên cứu của ông ở trường Đại học Purdue để gia nhập công ty Nature's Sunshine. Ông đã giải thích tại sao ông làm vậy.

Bác sĩ McLaughlin đã làm việc *20 năm* ở Purdue nghiên cứu ảnh hưởng của những chiết xuất như graviola, guanabana, mãng cầu xiêm và *hàng ngàn thứ khác* lên các tế bào ung thư. Ông nói ông đã nghiên cứu 3.500 chất. Nghiên cứu của ông được tài trợ năm triệu đô-la từ Viện Ung Thư Quốc Gia (National Cancer Institute). Mặc dầu cấp tài trợ, nhưng *NCI chưa từng công bố các kết quả* nghiên cứu thành công của bác sĩ McLaughlin mà bạn sẽ đọc dưới đây. Bạn có thấy lạ không?

Paw Paw là một loại cây có nhiều ở vùng Trung Tây nước Mỹ. Thực tế có một thành phố mang tên Paw Paw ở Michigan. Bác sĩ McLaughlin dành nhiều năm nghiên cứu các phần của cây này và thấy cành con, không phải quả, sản sinh ra acetogienin mạnh nhất. Đó là những hợp chất *điều chỉnh sản xuất ATP* – nguồn năng lượng trong mỗi tế bào trong cơ thể người. Trong nhiều năm, bác sĩ McLaughlin đã nghiên cứu một trong những acetogienin *ngăn chặn sự phát triển* của tế bào ung thư "kháng đa thuốc" (multi-drug resistant – MDR).

Như mô tả trong nghiên cứu của bác sĩ McLaughlin ở trên, hầu hết các khối u chứa một tỉ lệ nhỏ, khoảng 2%, tế bào MDR. Hóa trị không hiệu quả đối với những tế bào này. Sau đợt chạy hóa trị đầu tiên, nếu hóa trị hiệu quả, tất cả tế bào không phải MDR bị tiêu diệt. Vì tính toán phần lớn dựa theo khối lượng của khối u, nên khối u *xem như được tiêu diệt hiệu quả*. Tuy nhiên, những tế bào MDR vẫn tồn tại và bắt đầu nhân đôi. Rốt cuộc, một khối u mới *toàn MDR* được hình thành. Đến lần chạy hóa

trị tiếp theo, chẳng có tế bào nào bị diệt vì chúng *toàn là* MDR. Paw Paw *thậm chí còn tốt hơn graviola* chống lại tế bào MDR.

Bằng giảm ATP, Paw Paw cũng có khả năng *giảm sự phát triển của các mạch máu* nuôi dưỡng tế bào ung thư, quá trình đó là "chống-hình thành mạch". Cũng giống Protocel, nó *giảm tác dụng phụ của hóa trị.* Tóm lại, sau nhiều năm nghiên cứu bác sĩ McLaughlin tin rằng ông đã khám phá ra cái ông cần tìm.

Để đảm bảo sản xuất đúng, bác sĩ McLaughlin đến làm việc cho Nature Sunshine, công ty chế biến cành non cây Paw Paw thành viên nang. Mặc dù được bán với nhiều cấp tiếp thị, nhưng Paw Paw vẫn *rẻ bất ngờ*. Giá khoảng 30 đô-la mỗi tháng.

Liều dùng

Uống 1 viên nang cùng thức ăn, bốn lần một ngày trong khoảng thời gian đều nhau. Năm 2005 Nature Sunshine đã tiến hành thí nghiệm ảnh hưởng của Paw Paw đối với các chất kháng ô-xy hóa như: Vitamin C, E, A và beta caroten; axits alpha liopic… Họ thấy không có can thiệp nào đến các chất trên do tác động của Paw Paw.

Sản phẩm này *không phải là thuốc phòng ngừa*. Dù nó rất hiệu quả trong chống các bệnh do virus như zô-na và rộp môi, nhưng không được dùng trừ phi có vấn đề về tế bào, tất nhiên là cả ung thư.

Hiệu quả

Những nghiên cứu của bác sĩ McLaughlcin và những người khác chỉ ra rằng Paw Paw *chỉ hiệu quả 50%*. Nghiên cứu về Protocel cũng chỉ ra mức hiệu quả 50%.

Một lần nữa chúng tôi cần nhấn mạnh là *không có sản phẩm nào là "thuốc tiên"* mọi người đều có thể dùng và tin chắc ung thư sẽ biến mất và tránh xa ta ra.

Chúng tôi đưa ra cho bạn rất nhiều lựa chọn trong sách này. Paw Paw có phải là lựa chọn tốt không? Chúng tôi thấy đúng như thế, nhất là cho những người đã chạy *nhiều loại hóa trị* và vì vậy chắc chắn là có *các tế bào kháng đa thuốc đã phát triển (MDR).*

Máy VIBE

Bill được Buddy Stair giới thiệu về máy VIBE vào tháng 7 năm 2005, cậu ấy là một độc giả của ông ở Montana. Lúc đó Buddy đã sở hữu máy VIBE được 18 tháng. Những câu chuyện cậu ấy kể cho Bill về chữa trị cho mọi người thực sự cuốn hút Bill. Cậu ấy nói về *ung thư,* tiểu đường, thấp khớp, rối loạn cơ và các bệnh suy thoái khác. Hình như tất cả đều có hiệu ứng tốt khi ngồi trước chiếc cái máy này.

Máy VIBE là cái gì thế? Vâng, Bill cũng rất tò mò. Các chữ cái đó là viết tắt của *"Vibrational Integration Bio-Photonic Energizer" – (Nguồn Quang tử Sinh học Tích hợp Rung).* Nó xuất hiện từ năm 2003. Bill đã được nghe nói đến nó qua email từ mấy độc giả trước đó, nhưng Buddy thực sự cho ông biết thông tin đầu tiên về kết quả với máy.

Bill và vợ ông trở nên tò mò. Họ gọi đến văn phòng chính của máy VIBE ở Greeley, Colorado và hỏi về máy ở gần chỗ họ nhất. Đó là ở Tennessee. Chủ là *bác sĩ nắn xương đã về hưu* tên là Thomas Noll. Họ chở theo một số bạn bè trong xe và đến gặp ông ta. Họ dành cả ngày trao đổi về "chuyện chiến tranh" với bác sĩ Noll và vợ ông là Katie.

Vài năm trước, vào năm 2003, bác sĩ Noll và Katie đã đến Greeley, Corolado và nói chuyện với nhà sáng chế. Ngần ngại lúc ra đi, nhưng rồi họ *tin* và đã mua một trong các máy. Họ có rất nhiều kinh nghiệm chữa bệnh với máy và chia sẻ cùng Bill và Terry.

Bill và Terry mua một chiếc vào tháng 9 năm 2005. Đấy là cái đầu tiên ở Bắc hay Nam Carolina. Họ có rất nhiều khách, phần lớn biết qua "truyền miệng". Dưới đây là một vài chứng thực họ nhận được từ "khách hàng" dùng máy VIBE:

19 tháng 4 năm 2006

Tôi đến chỗ Bill và Terry và máy VIBE với hi vọng cảm thấy bớt trì trệ và tăng nghị lực. Tôi có tiểu sử bệnh gan và sức lực của tôi cứ tăng lại giảm (chủ yếu là giảm).

Tôi dùng chất giải độc nhẹ sau đợt chạy thứ nhất và sau đó sức lực của tôi bắt đầu tăng lên. Bây giờ tôi có cảm giác có SỨC KHỎE CƠ BẢN điều tôi chưa từng có được từ khi còn nhỏ. Bệnh đau và nhức khớp mà tôi bị bao năm nay đã BIẾN MẤT!

Ngoài ra, máy VIBE còn đem lại sức sống mới cho con mèo Boogiebear của tôi. Nó gần như đã chết hồi Nô-en vừa rồi, bị mất nước và bơ phờ. Nó rất nguy kịch. Sau sau lần đến với máy VIBE nó bắt đầu hoạt động như một con vật khỏe mạnh (nó đã 16 tuổi), nhảy, chơi đùa và nghịch ngợm! Bây giờ bộ lông nó sáng khỏe, nó ăn và hoạt động như con vật khỏe mạnh. Tôi thấy máy VIBE đã bảo vệ cuộc sống của nó.

Mitch Langien
28 tháng 3 năm 2006

Tôi phải kể cho anh điều gì xảy ra hôm qua sau khi tôi trở về nhà! Thứ nhất, tôi không thấy mệt vì lái xe [bà ở cách 72 dặm ~116km] – thực tế đó có thể là tuyên bố ấn tượng trong năm! Tôi hay mệt vào tầm 3 giờ chiều. Hôm qua thì không! Tôi có dư năng lượng giúp mình tỉnh đến tận nửa đêm lúc đi ngủ! Và thậm chí khi đó những suy nghĩ của tôi vẫn đến đi liên tục – tất cả đều tích cực!

Tôi bị đau phía sau đùi mùa Đông năm 1993 khi tôi giúp một người nâng mấy tấm ván dài quá nặng đối với tôi. Khi sự việc xảy ra, tôi thấy như cái gì đó "cắn" bên trong chân. Đã 13 năm kể từ đó, tôi không thể ngồi khoanh chân thoải mái trên sàn – chân phải tôi phải giữ thẳng góc 90 độ và không gập xuống sàn được. Và thậm chí lúc muốn nằm xuống tôi không thể duỗi thẳng thoải mái. MƯỜI BA NĂM! Và hàng đêm tôi phải đặt một chiếc gối dưới đầu gối phải để có thể nằm thẳng trên giường – nếu không thì sẽ bị đau phía trên bắp đùi, hông ngang qua mông phải.

Vâng… rốt cuộc sáng nay lúc lăn ra giường vài phút tôi bắt đầu nhận thấy chân tôi thẳng hoàn toàn mà không có gối phía dưới và thấy không đau. Không thể tin nổi! Tôi bật dậy khỏi giường và thử ngồi khoanh chân trên sàn – ở chừng mực thôi, chân phải giờ cong lại 45 độ mà không có vấn đề. Có lẽ co duỗi vài cái hàng ngày tôi sẽ có thể thực sự hạ thấp hơn xuống sàn. Tôi không muốn ép mình quá nhanh. Ngay bây giờ, thậm chí như thế này hình như đã là phép màu rồi!

Tôi cũng thấy phía trên bắp đùi thường có cảm giác "bó bó" hoặc chặt và cứng – giờ hoàn toàn êm và không đau nữa.

Bây giờ thì anh hiểu tại sao tôi phải đến đó hôm nay thay vì chờ đến mai.

Hẹn gặp anh sớm – và cảm ơn anh rất nhiều vì có VIBE! Có thể tôi phải xem xét mua một chiếc cho tôi…

Quý mến và nhiều may mắn,

Cheryl Franks

Chuyện của Bill Brown

Dưới đây là câu chuyện ấn tượng khác nữa về sử dụng Máy VIBE chữa trị thành công. Chuyện do Willie Brow viết về Bill – chồng bà:

Vào tháng 9 năm 2003 Bill được chẩn đoán ung thư tiền liệt tuyến, xương và phổi cùng với những khối u ở tuyến thượng thận. Anh ấy bị tiểu đường và huyết áp cao. Vào thời điểm chẩn đoán, anh ấy bị ốm nặng và không thể chạy hóa chất hay xạ trị được. Các bác sĩ cho rằng anh ấy sống bốn đến sáu tháng nữa và bảo chúng tôi về nhà thu xếp mọi việc. Lúc đó Bill được đặt ống thông tiểu bên trong và ngồi xe lăn.

Vào tháng 11 chúng tôi nghe nói về máy VIBE. Chúng tôi tìm thấy qua mạng. Thật có lý và ý nghĩa khi tôi bảo Bill chúng ta sẽ đi đến đó vào hôm sau, tức là 21 tháng 11 năm 2003. Chúng tôi đã đến Greeley và lần đầu tiên sử dụng máy VIBE [họ sống ở Loveland, Corolado – cách Greeley 20 dặm ~32km]. Bill được yêu cầu tự cam kết đi hàng ngày trong sáu tuần tiếp theo. Chúng tôi tiếp tục đi…

Xét nghiệm của Bill trước khi chạy máy xấu dần và tình trạng của anh ấy tồi tệ đi... Xét nghiệm đầu tiên sau khi chạy máy cũng không khá hơn, nhưng cũng không xấu hơn. Xét nghiệm tiếp theo có dấu hiệu khả quan. Sau ba tuần chạy máy, lần đầu tiên anh ấy đã lái xe sau nhiều tháng.

Vào tháng 3 năm 2004 bác sĩ gửi cho chúng tôi thư thông báo PSA của anh ấy đã hạ xuống mức 11,1 từ hơn 100 ở lần xét nghiệm trước đó… bình thường là 1-4. Trong suốt thời kỳ đó Bill vẫn đeo ống thông tiểu và được phẫu thuật bỏ ống thông tiểu này vào tháng 6 năm 2004. Cả ô-xy, nồng độ ô-xy tăng từ 57 lên 94 (bình thường là 91). Thuốc huyết áp và thuốc tiểu đường giảm một nửa. Vào tháng 9 năm 2004 bác sĩ gọi điện và nói ung thư của Bill không hoạt động nữa. Hiện tại hàng ngày Bill làm việc bên ngoài, đi lại rất nhiều và câu cá nữa.

Chúng tôi mua máy VIBE ngày 9 tháng 2 năm 2004. Chúng tôi mở cửa cho những người cần chạy máy mà không có khả năng trả tiền. Chúng tôi bắt đầu cho dùng máy như việc làm từ thiện và hiệu ứng thì không thể tin nổi. Kết quả với các dạng triệu chứng thật đáng

kinh ngạc. Chúng tôi đã gặp một số trong những người thú vị nhất và chia sẻ niềm hân hoan của họ.

Suốt cuộc đời làm y tá… quan sát và sử dụng phương pháp thay thế này để cơ thể tự chữa trị là một cách khai sáng và tuyệt vời để hoàn tất sự nghiệp y tá của tôi.

Tháng 12 năm 2004 bác sĩ thông báo ung thư của Bill hoàn toàn không hoạt động. Ông cũng thông báo anh ấy là bệnh nhân đầu tiên trong lịch sử của bệnh viện V.A [ở Cheyenne, Wyoming] đã hồi phục từ ung thư Giai đoạn 4. Chúng tôi thấy mình mang ơn máy VIBE về tất cả điều đó.

Willie (Bà Bill) Brown
(Y tá 50 năm – đã nghỉ hưu)
Bill Brown (70 tuổi)
Loveland, Corolado

Bill cùng Terry đến thăm Willie ở Loveland tháng 4 năm 2006. Con gái bà đang dùng máy VIBE được đặt trong một ô nhỏ của cửa hàng mua sắm gần nhà họ. Chúng tôi đã ở đó khoảng ba tiếng vào ngày Chủ nhật. Trong thời gian đó, tất cả sáu chỗ ngồi quanh máy VIBE đều kín người. Willie nói *hơn 100 người hàng ngày* đến dùng máy VIBE.

Nhân thể, Bill không ngăn được hỏi Willie xem Bill có thay đổi gì khác không về "lối sống" trong quá trình phục hồi. Bà ấy nói *"Không. Ông ấy cứng đầu lắm. Chẳng thay đổi gì và chẳng thuốc men gì. Tất cả những gì ông ấy làm là ngồi trước Máy VIBE khoảng tám phút mỗi ngày".*

Hiển nhiên là chúng tôi không khuyên bạn theo cách của Bill Brown. Nếu bạn dùng Máy VIBE thì đó chỉ là *công cụ bổ sung trong kho công cụ* phục hồi sức khỏe của bạn. Đây là công cụ mạnh. Tuy nhiên, theo kinh nghiệm của chúng tôi, chữa những bệnh nguy hiểm như ung thư, *cần có thời gian và sự nhẫn nại.*

Tất cả các bệnh nhân đã điều trị với máy VIBE đều nói với tôi như vậy. *"Những người đến đúng lịch sức khỏe tốt hơn"*. "Lịch" đó là gì? Bốn lần hoặc hơn trong một tuần. Nếu không thuận tiện cho bạn, chúng tôi khuyên bạn dùng chế độ cơ bản của chúng tôi hoặc vài phương pháp khác thay vì VIBE cho chương trình phục hồi sức khỏe.

Máy VIBE hiện đang được FDA xem xét và tạm thời không sẵn dùng. Thông tin về máy tương tự gọi là The Quantum Pulse, xin vào:

http://thequantumpulse.com

Fred Eichhorm và tế bào hợp lực

Fred Eichhorn là một kiến trúc sư, người tự chữa lành ung thư năm 1980. Kể từ đó ông tận tụy giúp đỡ càng nhiều người chữa lành bệnh càng tốt. Ông khá thành công, đặc biệt là với ung thư giai đoạn cuối.

Fred đã thành lập một quỹ tài trợ để giúp ông bán sản phẩm mà ông chế tạo ra gọi là *tế bào hợp lực* mà không bị FDA làm phiền quá mức. Fred sống ở St James, New York. Ông và vợ ông sẽ làm việc với bạn để giúp bạn khỏi bệnh. Họ thực sự cống hiến cho công việc này.

Để có đầy đủ câu chuyện về tế bào hợp lực (trước đây gọi là Cellect), xin xem tại trang web:

www.ncrf.org (tất cả các kiến thức, chứng thực…)

Số điện thoại liên hệ với Fred cũng trên trang web đó.

Không có thông tin về giá cả hay đặt hàng trực tuyến tại trang web trên. Để đặt hàng, bạn cần phải gọi điện thoại số NCRF. Chúng ta có thể ước tính giá cho liều họ đề nghị là khoảng 350 đô-la một tháng. Nếu không quá đắt, chúng ta nên đưa sản phẩm này vào chế độ tự điều trị của chúng ta ở trên.

Thêm bốn phương pháp tự điều trị đơn giản

Chúng tôi kết thúc chương này bằng bốn phương pháp điều trị ung thư không đắt và hiện có sẵn. Chương 7 chúng tôi sẽ nói về những điều chúng tôi KHÔNG khuyên bạn thử, ít nhất là không cho chính bạn (nếu không có giám sát y tế chuyên nghiệp).

Viên nang mâm xôi đỏ (raspberry)

Tại sao? Lợi ích gì? Quả mâm xôi cũng như nhiều trái cây khác chứa *elagin-tanin,* hợp chất cho thấy có nhiều ích lợi cho sức khỏe, nhưng *mâm xôi có nhiều nhất.* Những ích lợi đó là:

- Ngăn ngừa một số loại tổn thương tế bào do các chất gây ung thư sinh ra.
- Làm chậm sự tăng trưởng của khối u.
- Thúc đẩy tế bào ung thư chết tự nhiên.

Bạn có tin Hiệp hội Ung thư Mỹ đã từng giới thiệu thông tin về mâm xôi đỏ không? Họ biết những gì chúng tôi làm về tuyên truyền của họ, sự tuyên truyền không cho tôi cảm giác tốt nhất về sự tin tưởng.

Để mua viên nang mâm xôi đỏ, hãy vào trang http://www.HartAmerica.com. Họ cũng có graviola và ASAP hòa tan, một sản phẩm *keo bạc* rất tốt cho các loại viêm. Bill phát hiện ra rằng nó giống như kháng sinh tự nhiên – hiệu quả hơn và ít độc hại hơn nhiều.

Ngải (artemesinin)

Cuối 2001 hai nhà nghiên cứu kỹ sư sinh học ở trường Washington đã công bố phát hiện của họ về một *phương pháp điều trị tiềm năng đầy hứa hẹn cho* bệnh ung thư. Xuất phát từ

nghệ thuật làm thuốc cổ điển của Trung Hoa, *ngải đắng* được dẫn xuất và dùng trong 35 năm để điều trị sốt rét.

Trong tạp chí *Life Science*, giáo sư Harry Lai và trợ lý Narendra Singh mô tả họ đã nhắm tới ung thư vú bằng ngải như thế nào. Kết quả thực sự đáng kinh ngạc. Trong khi chỉ 25% tế bào bị tiêu diệt trong tám tiếng đầu tiên, thì *hầu như tất cả đều bị diệt trong 16 tiếng.*

"Không chỉ hiệu quả, mà còn rất kén chọn", giáo sư Lai nói. "Nó rất độc cho các tế bào ung thư, *nhưng lại tác dụng rất ít lên tế bào vú bình thường".*

Ngải chống sốt rét bằng phản ứng với sự tập trung cao độ của sắt tìm thấy trong ký sinh trùng sốt rét. Khi ngải tiếp xúc với sắt, một phản ứng hóa học tiếp theo đó sinh ra những nguyên tử tích điện mà các nhà hóa học gọi là "gốc tự do". Gốc tự do tấn công màng tế bào, phá vỡ chúng ra và tiêu diệt ký sinh trùng sốt rét đơn bào.

Vào năm 2001, giáo sư Lai đã bắt đầu giả thuyết rằng quá trình đó có thể cũng thực hiện được với ung thư.

Lai giải thích:*"Tế bào ung thư cần rất nhiều sắt để sao chép ADN khi chúng phân chia. Kết quả là các tế bào ung thư có sự tập trung sắt cao hơn nhiều so với tế bào thường. Khi chúng ta bắt đầu hiểu ngải hoạt động thế nào, tôi bắt đầu tự hỏi liệu chúng ta có thể dùng nó để nhắm tới tế bào ung thư."*

Công trình của Lai được Quỹ ung thư vú (Breast Cancer Fund) ở San Francisco tài trợ. Tuy nhiên, *giá trị của ngải chỉ giới hạn cho ung thư vú.* Thực tế, một nghiên cứu sớm hơn thu hút cả *tế bào ung thư bạch cầu* mang lại những kết quả thậm chí ấn tượng hơn. Những tế bào đó đã bị *loại bỏ trong vòng tám giờ.* Mức độ của sắt trong các tế bào bạch cầu có thể là một giải thích khả dĩ.

Lai giải thích:*"Chúng có một trong những tế bào tập trung sắt cao nhất giữa các tế bào ung thư. Các tế bào bạch cầu có thể có tập trung sắt nhiều hơn 1.000 lần so với tế bào thường".*

Dưới đây là các trang web có các bài viết cập nhật nhanh chóng về chất thú vị này:

http://news.bbc.co.uk/1/hi/health/1678469.stm

http://www.annieappleseedproject.org/artemisinin.html

http://members.tripod.com/~altmedangel/cancherb.htm

Không như một số cây thuốc Trung Quốc, cây thuốc này có *35 năm* nghiên cứu khoa học Tây phương hậu thuẫn và được sử dụng rộng rãi trong điều trị sốt rét và trĩ (đây là thuốc chống viêm) và chắc chắn không độc hại.

May mắn cho bạn là Trường Đại học Washington đã trao giấy phép độc quyền nhãn hiệu cho ý tưởng của bác sĩ Lai. Việc này cho nghĩa là công ty dược chắc chắn không thể lấy rồi phát triển thành dạng tổng hợp và bán với giá đắt gấp *20 lần.*

Vậy là bạn đã tin chắc chất này là một phát triển thú vị trong điều trị ung thư. Câu hỏi tiếp theo. Mua như thế nào? Một câu hỏi hay. Bill đã tìm kiếm nhiều nguồn cung cấp, kể cả "Canburst" của bác sĩ Donsbach và Hepalin 25. Thực tế ông đã đặt mua một lọ *Hepalin 25* (giá 56 đô-la một lọ có 30 viên nang 100mg – uống trong một tháng) và không mua thêm nữa.

Nhờ bác sĩ Russell K. Griffith, một trong các độc giả nhanh nhẹn của Bill, mà chúng tôi biết một *nguồn cung thuốc ngải rất rẻ.*

Thuốc ngải [artemesinin] (100mg, 90 viên) có thể lấy từ Vitanet (mục 72160) giá 39,10 đô-la. Đây là sản phẩm nhóm nghiên cứu dị ứng (Allergy Research Group). Đặt hàng tại:

http://www.vitanet.com/index.html

Chỉ cần gõ "artemisinin (không có dấu ngoặc) trong cửa sổ tìm kiếm của trang trên. Thay vì tốn gần *hai đô-la một ngày* từ nguồn cung Hepalin 25, nay chỉ *43 xu mỗi ngày* mua từ nguồn Vitanet với liều đề nghị 1 viên mỗi ngày.

Cám ơn, bác sĩ Griffith!

Dưới đây là một khách hàng phục hồi qua sử dụng ngải với chi tiết cụ thể từ Kyle Nienberg, người tự nhận mình là "Nhà nghiên cứu":

"Bốn năm trước, kết quả scan của vợ tôi cho thấy những vệt màu trắng dài 308mm trên tuyến tụy. Sáu tháng sau, quét lần thứ hai thì đã rõ ràng. Đây là những gì cô đã dùng để thực hiện việc chữa bệnh. Sản phẩm cứu chữa ung thư tuyệt vời này là ngải (artemisinin). Nó biến thành hydro peroxide bên trong tế bào, không gây hại cho các tế bào bình thường. Các tế bào ung thư chiếm lấy càng nhiều sắt mà chúng có thể nắm giữ. Khi ngải vào được trong tế bào ung thư và thay đổi thành hydrogien peroxide, thì các tế bào ung thư phát nổ. Bạn cần phải dùng sản phẩm này 2 viên mỗi ngày trong hai năm. Điều này sẽ đảm bảo tất cả ung thư biến mất. Bạn cũng nên dùng bột lactate canxi để chống chịu được thuốc và để dọn sạch các tế bào chết.

Đây là đường dẫn để mua ngải:

http://www.nutricology.com/Artemisinin-90-Vegetarian-Caps-p-16414.html

Prostabel

Nếu bạn là nam giới, chúng tôi có một đề nghị. Hãy để ý đến tiền liệt tuyến của bạn! Bên cạnh vấn đề về tim mạch và ung thư phổi, thì ung thư tiền liệt tuyến là *nguyên nhân hàng đầu của tử vong ở nam giới*. Hầu hết chúng ta ở tuổi 25 hoặc hơn trước tuổi của Bill (79) phải đương đầu với sưng tiền liệt tuyến, chính thức được biết là phì đại tiền liệt tuyến lành tính (Benign Prostate Hyperplasia – BPH).

Bill đã thử hàng chục sản phẩm trong vòng 25 năm qua để giải quyết những rắc rối gây ra do phì đại tiền liệt tuyến của mình. Chỉ một thứ được chứng minh có thành công lâu dài đó là *Prostabel.*

Bạn có thể tìm hiểu về cách sản phẩm này được phát triển trong cuốn sách thú vị tên là *Chữa trị Phi thường* (Extraordinary Healing) của Tiến sĩ, bác sĩ Stephen Coles, bác sĩ Coles đã nghiên cứu cuộc sống và công trình của nhà hóa sinh và nhà nghiên cứu – *bác sĩ Mirko Beljanski.* Bác sĩ Beljanski đã làm việc *50 năm* tại Viện Pasteur ở Pháp về công trình điều trị ung thư của chính ông.

Có vẻ như ông bị bức hại giống như hầu hết những người tiên phong. Ông đã trải qua 18 tháng cuộc đời mình trong tù tại Pháp. Hành vi phạm tội của ông, có vẻ như *thách thức giới quyền uy.* Ông phát hiện ra gen thường xuyên bị sửa đổi trong hiệu ứng của chúng bởi cái gọi là (và bây giờ hoàn toàn được chấp nhận) *"phiên bản ngược"*. Đây là RNA tác động lên ADN. Vào thời điểm đó, điều này đã thách thức thừa nhận giáo điều về chức năng của gen và ADN.

Bác sĩ Coles đã tóm được cho bạn *hỗn hợp kỳ diệu* trong sản phẩm Prostabel bằng sự phát triển trải qua nhiều năm nghiên cứu. Đây là hai loại thảo mộc bác sĩ Beljanski đã tìm ra biến các tế bào phì đại tiền liệt tuyến (BPH) và tế bào ung thư trở thành bình thường. Hai thành phần đó là pao pereira từ Nam Mỹ và rauwolfia vomitoria từ châu Phi.

Hỗn hợp thảo dược của bác sĩ Beljanski mà bây giờ có trong các sản phẩm Prostabel từng được một bác sĩ ở Pháp sử dụng để *chữa khỏi* bệnh *ung thư tiền liệt tuyến* cho Tổng thống Francois Mitterand và cho phép ông hoàn thành nhiệm kỳ thứ hai của mình trong 1995 – 1997. Khi tin tức đó được công khai, bác sĩ Beljanski đã bị choáng ngợp với nhu cầu sản phẩm từ *bệnh nhân*

ung thư ở châu Âu. Việc công khai cũng từng khiến ông bị bỏ tù. Để tìm hiểu điều đó! Bạn phải đọc cuốn sách của bác sĩ Coles.

Sau khi ông chết, vợ và con gái của bác sĩ Beljanski đã đến Hoa Kỳ. Họ chia sẻ tài liệu nghiên cứu của bác sĩ Beljanski với bác sĩ Philip Katz, một *bác sĩ tiết niệu nổi tiếng* tại Đại học Columbia. Bác sĩ Katz đã bắt đầu nghiên cứu sử dụng Prostabel trên 37 nam giới vào năm 2006. Tất cả những người đàn ông này đều có một kháng nguyên chuyên biệt tiền liệt tuyến (Prostate Specific Antigien – PSA) cao hơn 10 và đã trải qua sinh thiết tiền liệt tuyến âm tính (không ung thư). Đây là kiểu giống như Bill.

Các kết quả nghiên cứu chưa được công bố, nhưng bác sĩ Katz đã cho thấy những kết quả ban đầu "rất tích cực". Trong khi đó, con gái bác sĩ Beljanski đã bắt đầu mở một công ty ở New York gọi là Natural Source International. Một trong những sản phẩm mà họ đang cung cấp là Prostabel. Hãy vào trang web của họ http://www.Natural-Source.com. Họ cũng cung cấp một phiên bản cho phụ nữ sử dụng các thành phần tương tự. Nó được gọi là *Ladybel*. Nó cũng bao gồm bạch quả vàng lá, nổi tiếng với sắp đặt enzyme và hoạt tính bảo vệ tế bào.

Bill đã sử dụng Prostabel từ giữa tháng 3 năm 2011. Kết quả rất *ấn tượng*. Không như hàng chục sản phẩm khác ông đã thử, thuốc này thu nhỏ rõ rệt kích thước của tiền liệt tuyến và *cải thiện đáng kể* các vấn đề tiết niệu của ông. Ông ngủ ngon hơn và đi tiểu ít hơn. Dòng nước tiểu mạnh thay vì "chảy nhỏ giọt".

Do những hạn chế của FDA, Natural Source Internationalcó thể không khẳng định về những tác động của sản phẩm của họ lên ung thư tiền liệt tuyến hoặc các loại ung thư khác. Kết luận của chúng tôi là do những thành công ở châu Âu, nếu chúng ta bị ung thư tiền liệt tuyến, *hoặc bất kỳ ung thư nào khác liên quan đến hoóc-môn* (vú, buồng trứng, v.v...), chúng ta hãy thử Prostabel hoặc Ladybel.

Nếu bạn đặt mua thuốc qua trang web hoặc gọi đến văn phòng của họ ở New York (số điện thoại tại trang web), thì nhớ nói rằng bạn nghe về thuốc từ Bill Henderson. Bạn sẽ được giảm giá 20% cho đơn đặt hàng đầu tiên. *Bill không có quyền lợi tài chính ở sản phẩm này.*

Đôi lời về xét nghiệm PSA

Bác sĩ Thomas Stanley, giáo sư tiết niệu tại trường y khoa đại học Stanford đã phát minh ra xét nghiệm máu *kháng nguyên chuyên biệt tiền liệt tuyến* (prostate specific antigien – psa) trong những năm 1980. Gần đây, tại một hội nghị y tế, ông đã nói rằng:

"Chúng ta cần phải thừa nhận rằng +PSA không còn là một dấu hiệu cho ung thư tiền liệt tuyến. Ban đầu chúng tôi nghĩ rằng chúng tôi làm đúng mọi điều, nhưng bây giờ chúng tôi đang tìm hiểu mình đã sai thế nào".

Bác sĩ Stanley, chúng tôi muốn nói *cái này lẽ ra phải nói lâu rồi.* Việc này đã được báo cáo trong nhiều năm ở nguồn chúng tôi tin cậy (ví dụ như bản tin "second opinion" của bác sĩ Robert Rowen) rằng 70% nam giới có PSA cao hóa ra lại không bị ung thư (dương tính giả). Bill là một trong số họ.

Nhưng tệ là qua đó mà nói bạn có thể bị ung thư – hoặc phải trải qua sinh thiết nguy hiểm và rất khó chịu cho tiền liệt tuyến – điều này không phải là điều khiến bác sĩ Stanley thay đổi ý kiến của mình về xét nghiệm. Cái mà ông bận tâm là số cảnh báo *âm tính giả.*

Bác sĩ Rowen nói: *"Trong một nghiên cứu gần đây, các nhà nghiên cứu theo dõi 9.459 nam giới đã làm các xét nghiệm PSA hàng năm. Trong nhóm này, 2.950 người có kết quả xét nghiệm cho thấy tiền liệt tuyến rất khỏe mạnh. Nhưng khi những người đàn ông "khỏe mạnh" trải qua sinh thiết, thì một con số khổng lồ 15% dương tính*

với ung thư! Nhiều người bị ung thư cấp độ cao. Và xét nghiệm PSA đã bỏ qua tất cả họ!

Và tỉ lệ âm tính giả thậm chí có thể còn cao hơn. Bạn thấy đấy, sinh thiết tiền liệt tuyến được thực hiện bằng việc chọc ngẫu nhiên vào tuyến. Bất luận thực hiện bao nhiêu lần chọc, không có cách nào biết được nếu ung thư ở bên ngoài kim dò.

Tóm lại: Đừng tin PSA nói bạn bị ung thư hay không. Thay vào đó, hãy tập trung vào các xét nghiệm chẩn đoán khác".

Một trong những xét nghiệm tốt hơn mà không bị xâm lấn hoặc tổn hại gì cả gọi là *Trans – Rectal Ultra Sound* (Siêu âm Chuyển hóa – Ruột). Kiểm tra các phòng khám trong khu vực quanh bạn để tìm xét nghiệm này. Tất cả các thành phố lớn và vừa đều có.

Một xét nghiệm đáng tin cậy cho bệnh ung thư là xét nghiệm nước tiểu HCG được mô tả ở trên. Cái khác nữa, tất nhiên, là "xét nghiệm dò ruột" truyền thống (DRE) mà hầu hết nam giới đều đã trải nghiệm.

Hầu hết các bác sĩ tiết niệu (*đều là những bác sĩ phẫu thuật*) vẫn dựa vào xét nghiệm PSA và sinh thiết để chẩn đoán ung thư. Phải biết rằng bạn sẽ cần phải tìm ra những xét nghiệm khác đáng tin cậy hơn cho mình.

Hãy nhớ rằng phần lớn nam giới chết *"với"* ung thư tiền liệt tuyến nhưng không phải *"do"* nó. Hãy thận trọng về cả hai xét nghiệm (đặc biệt là sinh thiết) và phẫu thuật. Thường có những cách tốt hơn và ít xâm lấn hơn để xử lý các vấn đề tiền liệt tuyến.

Thấy khỏe nhanh hơn!

Để chúng tôi khép lại phần về tự điều trị này bằng một phương pháp điều trị chúng tôi *đã thử cho mình*. Nó có tác dụng

làm bạn thấy khỏe hơn, *bất luận là nguyên nhân gì* khiến bạn cảm thấy mệt mỏi.

Bill nhận được cái này từ Phil Dyer – một người bạn phát hành bản tin. Phil nói rằng nó có trong "Bản tin bác sĩ của chính mình" – (Doctor Yourself Newsletter" của tiến sĩ Andrew Saul, ông làm mẫu giống như "Vua của A-xít Nicotinic" C6H5NO2 – (The King of Niacin) của bác sĩ Abram Hoffer.

"Nếu bạn thấy không khỏe, tôi muốn tiến xa hơn để nói về hầu hết các nguyên nhân, hãy thử cuộc chơi đánh lừa đơn giản này. Ngừng việc điều trị của bạn và nhanh chóng đạt đến bão hòa của bốn chất dinh dưỡng chủ chốt sau: a-xít nicotinic, nước, vitamin C và ca-rô-ten. Không hề phức tạp, tác dụng nhanh chóng và rất hiệu quả cho nhiều căn bệnh."

Dĩ nhiên ung thư là một trong những căn bệnh đó. Dưới đây là thông tin Phil tham chiếu đến từ bác sĩ Hoffer theo cách của bác sĩ Saul:

1) **ĐẠT ĐẾN BÃO HÒA A-XÍT NICOTINIC (NIACIN),** *được biểu thị bởi dãn mạch máu, tai hồng, nóng và mềm được biết đến như 'đỏ mặt'. Nếu bạn cảm thấy áp lực, nóng lòng, trì trệ, lo lắng hoặc chỉ đơn giản là phiền lòng, hãy thử cái này:*

Uống ngay 100 đến 200 miligram a-xít nicotinic (không phải nicotinamid) sau mỗi 10 phút cho đến khi cảm thấy ấm lên và vui vẻ. Nếu bạn nghĩ sẽ không hiệu quả, thì đó là vì bạn chưa thử. Trong khi chúng ta dùng nó, có một số BIỂU HIỆN PHỪNG PHỪNG MẶT KHÔNG ĐÁNG SỢ:

Nếu tôi có đôi chút làm mọi người lo lắng về 'đỏ mặt' khi dùng liều lớn a-xít nicotinic thì tôi là một người giàu có. A-xít nicotinic gây đỏ mặt không có hại. Một số người (kể cả tôi) thích thú, đặc biệt vào thời gian này trong năm khi được tiếp đón nhiệt tình. Bác sĩ Hoffer nói bạn uống nhiều a-xít nicotinic bây giờ, thì sẽ ít đỏ mặt hơn về sau.

Thời gian cần để thấy khá hơn: Dưới một tiếng.

2) **ĐẠT ĐẾN BÃO HÒA VITAMIN C.** *Cách tốt nhất để có một số 'liposomal vitamin C'. Tìm thuật ngữ này trên internet, sử dụng công cụ tìm kiếm ưa thích của bạn. Bạn sẽ tìm thấy rất nhiều trang web bán dạng keo này của vitamin C. Mỗi gói keo tương đương với* 10 gram *dịch truyền tĩnh mạch vitamin C. Thương hiệu tốt nhất là vitamin C của Livon Labs Lypo – spheric.*

Thời gian cần để thấy khá hơn: Dưới một ngày.

3) **ĐẠT ĐẾN BÃO HÒA NƯỚC VÀ CA-RÔ-TEN**. *Việc này có thể đạt được đồng thời bởi hai lần một ngày ép bó rau lớn, như cà-rốt và bất cứ rau xanh hoặc rau vàng nào. Rau xanh cũng như rau vàng chắc chắn chứa đầy caroten. Bạn phải uống. Bạn lo sợ gì? Khi nào là lần cuối một người chết vì ăn rau quá liều? Sự bão hòa caroten đạt được khi da bạn trở nên như một phần quả bí ngô, mầu vàng rám nắng dễ thương. Gọi là "quá liều caroten" cũng chẳng hại gì. Trông điềm tĩnh, giống như người rám nắng. Nhiều nước đưa vào được đảm bảo nhờ nhiều nước ép. Khi dạ dày bạn đã đầy nước ép và bạn phải đi tiểu nhiều, tức là bạn đang trong tình trạng bão hòa nước.*

Dưới lớp da, bạn là động vật nước. Nước rất tốt. Nước ép rau còn tốt hơn. Nếu bạn lo lắng vì phải có đủ khoáng chất, hãy bình tĩnh. Phần lớn chúng có trong rau.

Thời gian cần để thấy khá hơn: chưa đến một tuần.

Nếu bạn nghĩ rằng tôi lẫn lộn trong phần còn lại của cuộc chơi của mình, thì hãy suy nghĩ lại. Tôi chưa bao giờ nghiêm túc hơn. Khi tôi làm việc với người rất ốm, 'bài tập về nhà' đầu tiên tôi cho là đi cầu tiêu, bão hòa vitamin C, làm ẩm và chuyển màu cam. Nghe ngớ ngẩn phải không. Những người làm như vậy ngay lập tức cảm thấy tốt hơn. Xét nghiệm của họ cải thiện ngay lập tức. Và họ học được điều gì mang lại giá trị thực tế lâu dài"[cho họ].

Hãy bắt đầu và dùng những thứ màu cam luôn đi!

CHƯƠNG 6

PHÒNG KHÁM

Trong chương này chúng tôi sẽ cung cấp cho bạn một số thông tin về phòng khám và những nguồn khác ở Mỹ, Canada, Mexico và châu Âu. Nói chung, nếu có đủ khả năng, chúng tôi khuyên bạn nên tìm một trong những phòng khám/bệnh viện này hoặc những nguồn khác. Sự chăm sóc tập trung họ dành cho bạn trong thời gian ở bệnh viện có thể là sự cứu hộ. Lời căn dặn đầy đủ "đem về nhà" khi bạn rời phòng khám cũng là vô giá. Điều tốt nhất, kể cả những điều chúng tôi nói ở đây, là họ tận tụy đồng hành với bạn cho đến khi bạn thoát khỏi ung thư và thậm chí cả sau đó.

Utopia Wellness (Sức khỏe Lý tưởng)

Bác sĩ Carlos Garcia (đồng tác giả của cuốn sách này), tại Utopia Wellness, ở Clearwater, Florida đã xử lý ung thư và tất cả các bệnh thoái hóa mãn tính khác từ năm 2005. Bác sĩ Garcia đã được đào tạo làm bác sĩ truyền thống, sau 12 năm thực hành y học đối chứng, vào năm 1996 ông quyết định tập trung vào *y*

học toàn diện, phương pháp điều trị ung thư tích hợp, liệu pháp chelat, thay thế hoóc-môn tương đồng sinh học, truyền tĩnh mạch vitamin và chất chống ô-xy hóa và giảm cân.

Thành công của ông trong việc giúp đỡ bệnh nhân ung thư giai đoạn IV tự chữa lành đã làm ông nổi tiếng thế giới. Bệnh nhân đến với ông từ khắp mọi nơi. Utopia có phương pháp điều trị độc đáo giúp người dân tìm ra biện pháp khắc phục HIV, AIDS, bệnh mụn giộp loại II, các bệnh tự miễn dịch như bệnh lupus, các bệnh đường tiêu hóa như Crohn và viêm loét đại tràng, tim mạch, ngộ độc kim loại nặng và nhiều bệnh khác. Bác sĩ Garcia cảm thấy tự tin rằng mọi bệnh đều có một *biện pháp cứu chữa tự nhiên, không nhân tạo.*

Ông và Bill đã trở thành "bạn tâm giao", hầu như quan điểm giống hệt nhau về nguyên nhân gây ra ung thư và làm thế nào để *khỏi hẳn.* Họ đã cùng nhau tham gia các cuộc trò chuyện và các buổi hỏi/đáp giao lưu trên http://www.TalkShoe.com từ tháng 2 năm 2010. Vào tháng 2 năm 2011, họ đồng tài trợ một cuộc hội thảo bảy ngày có tên *Con tàu tự chữa cho mình* (Heal Yourself Cruise) trên tàu du lịch Celebrity ở vùng biển Caribean, 34 *người hàm ơn* đã tham gia.

Điều trị tại Utopia Wellness là *ngoại trú.* Bạn có thể muốn nghỉ lại tại một trong những nhà nghỉ địa phương. Mọi người ở Utopia thấy sự sắp xếp này rất hữu ích.

Để xem 17 video chứng thực thuyết phục về bác sĩ Garcia và phòng khám của ông, chỉ cần vào: http://UtopiaWellness.com. Một trong những minh chứng thuyết phục nhất là của Candice. Bà đã trải qua 18 năm đau khổ vì chẩn đoán sai của 32 bác sĩ trước khi đến Utopia. Bác sĩ Garcia đã giúp bà tự chữa lành cho mình bằng cách làm sạch các lỗ hổng bị nhiễm trong hàm của bà (do loại bỏ răng khôn không đúng cách). Điều này giúp bà phục hồi hoàn toàn.

Để được tư vấn miễn phí về tình trạng của bạn, bạn có thể gọi bác sĩ Garcia tại (727) 799 – 9060 (giờ miền Đông).

[Dưới đây là một số ý kiến của bác sĩ Garcia về sự khác biệt giữa chăm sóc tại bệnh viện và giúp đỡ từ một huấn luyện viên như Bill.]

Nhiều người trong số bệnh nhân của tôi hỏi những câu dưới đây: "Sự khác biệt giữa việc sử dụng một huấn luyện viên tự chữa ung thư và đến một phòng khám ung thư toàn diện như Utopia Wellness là gì?"

Một trong những khác biệt lớn nhất tôi thấy là huấn luyện viên có thể đề nghị cùng chất bổ sung tương tự như các bác sĩ. Tuy nhiên, bạn sẽ được giới hạn bổ sung chỉ qua đường miệng, trái lại bác sĩ có thể cho bạn bổ sung qua truyền tĩnh mạch. Tùy thuộc vào mức độ của bệnh, bệnh nhân có thể cần hấp thụ mạnh hơn mà chỉ *liệu pháp truyền tĩnh mạch* mới có thể cung cấp.

Thứ hai, trừ khi các huấn luyện viên có lòng tin và gần chế ngự được đau đớn của bệnh nhân, bệnh nhân sẽ phải phụ thuộc vào lòng nhân từ của một bác sĩ chính thống để kê thuốc giảm đau. Mặc dù điều này không phải là không thể, tôi đã có kinh nghiệm là các bác sĩ chính thống thường cho những bệnh nhân có nhu cầu tự điều trị bằng thay thế xuất viện. Đó là theo *cách của họ (hóa trị và xạ trị) hoặc xuất viện.*

Thứ ba, nếu bệnh nhân có yêu cầu *xét nghiệm chẩn đoán* cần được một bác sĩ chỉ định, thì bệnh nhân lại phó mặc cho người đang hành nghề có giấy phép đồng ý chỉ định. Điều này không giới hạn trong xem xét chụp phóng xạ như quét CT/PET hoặc MRI, nhưng cũng bao gồm các công việc thường lệ trong phòng thí nghiệm và truyền máu.

Tóm lại, bệnh nhân phải đối mặt với thách thức của việc tìm kiếm một bác sĩ sẽ *tôn trọng họ đầy đủ* để cho phép họ là một phần trong quá trình chữa bệnh và cho phép họ sử dụng các

kiến thức được huấn luyện viên ung thư cung cấp. Thật không may, đó *không phải là một việc dễ dàng*. Bác sĩ được đào tạo chính thống thường coi thường huấn luyện viên như lang băm, chưa qua đào tạo và không đủ điều kiện để đưa ra ý kiến. Thậm chí tôi đã nghe nói về các chuyên gia có bằng cấp nộp đơn khiếu nại hình sự đối với một huấn luyện viên, cáo buộc huấn luyện viên là *hành nghề y không có giấy phép*.

Huấn luyện viên chữa ung thư là lời giải đáp cho nhiều bệnh nhân tìm đến điều trị ung thư bằng thuốc tự nhiên, họ là những người *không có phương tiện* hoặc tình hình tài chính không đủ để đi đến một phòng khám ung thư toàn diện. Chúng tôi nhận được e-mail hàng ngày hỏi những biện pháp nào để một người có thể sử dụng ở nhà để tăng cường ưu thế đánh bại ung thư của họ. Đây là những người tuyệt vọng đi tìm những liệu pháp tự nhiên để giải quyết ung thư, nhưng về mặt tài chính hoặc hậu cần họ *không thể đến nơi* điều trị. Đây là những người có nhu cầu huấn luyện viên như Bill Henderson. Nếu không có ông họ sẽ thất bại.

Nhưng đối với những người có thể có điều kiện, tôi khuyên nên dành *một vài tháng tại một trung tâm ung thư toàn diện*. Vì tôi không có kiến thức trực tiếp về các phòng khám ung thư toàn diện khác, bên trong hoặc bên ngoài Hoa Kỳ, nên tôi sẽ giới hạn thảo luận này trong phạm vi Utopia Wellness thôi. Tại Utopia Wellness chúng tôi có thể cung cấp một *môi trường chữa bệnh tổng thể* bao gồm những thứ tốt nhất mà thuốc tự nhiên và thay thế có để cung cấp cho bệnh nhân ung thư. Chúng tôi không chỉ có thể kết hợp các kiến nghị của một huấn luyện viên ung thư, mà còn có thể cung cấp cho bệnh nhân một bác sĩ có bằng cấp để quản lý các liệu pháp truyền tĩnh mạch tích cực hơn, giám sát và chỉ đạo chương trình điều trị và thực hiện xét nghiệm chẩn đoán để theo dõi phản ứng của bệnh nhân đối với phương pháp điều trị.

Thực tế, giám đốc y tế tại Utopia Wellness (tôi) là một bác sĩ y khoa, tạo cho bệnh nhân, các thành viên gia đình và những người ủng hộ *mức độ thoải mái cao hơn*. Điều này rất quan trọng vì phần lớn bệnh nhân ở Utopia đã được cho biết trước bằng cách này hay cách khác rằng *chẳng có hi vọng nào cho họ*. Thực tế, có nguồn an ủi là một cơ sở chuyên nghiệp đáng tin cậy tương tự khác cũng *không đồng ý với dự đoán đó*.

Một trong những cách Utopia Wellness làm khác với các phòng khám y tế truyền thống là chúng tôi đi tìm nguyên nhân gây bệnh hơn là điều trị các triệu chứng. Hơn nữa, thường có *những vấn đề sức khỏe cơ bản* hay bị bỏ qua khi giải quyết bệnh chính. Như đã đề cập trong cuốn sách này, bệnh nhân đã tiếp xúc với hóa trị hoặc xạ trị hoặc phẫu thuật có thể chịu hậu quả để lại do kết quả của những biện pháp can thiệp này. Những vấn đề khác đòi hỏi phương pháp tiếp cận chữa bệnh khác nhau và nếu không điều trị, có thể thường xuyên ức chế việc chữa lành bệnh.

Ý nghĩ cuối cùng: Tôi là một bác sĩ y khoa được đào tạo bài bản theo y học truyền thống. Tôi cũng thấy những lỗ hổng trong đó và chọn cách tự đào tạo bản thân theo *y học chức năng tích hợp* mà tôi thực hành hôm nay. Tôi không đến trường học để học về phương pháp điều trị bệnh ung thư thay thế. Tôi đọc, tôi nghiên cứu, tôi nghe bệnh nhân, tôi nói chuyện với các bác sĩ thay thế, tôi học từ công việc của người khác, về cơ bản, *tôi tự dạy mình* không khác gì một huấn luyện viên ung thư như Bill.

Cho dù bạn chọn một huấn luyện viên ung thư hay một phòng khám ung thư để giúp hướng dẫn bạn phục hồi, bạn phải chắc chắn việc *tự đào tạo mình* và biết phải hỏi gì. Một bệnh nhân được đào tạo là một *bệnh nhân có tiếng nói*. Càng biết nhiều về bệnh của mình, bạn sẽ càng được giúp để đưa ra câu hỏi cho bác sĩ hoặc huấn luyện viên trước khi lựa chọn người điều trị cho bạn.

Trung tâm Lubecki Wellness

Bill và vợ ông là Terry gặp bác sĩ John Lubecki tại văn phòng của ông ở Fair Oaks, California (gần Sacramento) lần đầu tiên vào ngày 19 tháng 10 năm 2009. Họ đã nghe ông nói về phương pháp chữa bệnh của ông trong buổi Hội nghị chuyên đề bác sĩ tại Hội nghị Cancel Control society's convertion đưa ở Los Angeles vào ngày 8 tháng 9 năm 2009.

Tại hội nghị, bác sĩ Lubecki đã mang theo hai bệnh nhân ung thư ông đã chữa lành gần đây. Cả hai phụ nữ đều viết sách về trải nghiệm của họ. Sau khi nghe Delores Geisler và Susan Gorkovsky nói về những trải nghiệm của họ với bác sĩ, Lubecki, Bill và Terry ngay lập tức mua hai cuốn sách. Những *câu chuyện chữa bệnh đầy kịch tính* của họ thật "kinh ngạc". Nếu bạn quan tâm, những cuốn sách là *Hãy chấm dứt ung thư* (Let's Put An End To Cancer) của D.J. Geisler và *Chế ngự bệnh tật* (Conquering Disease) của Susan Gorkovsky. Cả hai cuốn bạn đều có thể mua bằng cách gọi điện thoại đến văn phòng của bác sĩ Lubecki (xem bên dưới).

Khi Bill và Terry đã đến thăm tiến sĩ Lubecki, họ dự kiến sẽ dành khoảng nửa giờ nói chuyện với ông về "ảnh hưởng của vi lượng đồng căn" mà họ đã mua và một số kinh nghiệm của ông. Họ đã bị sốc khi ông dành TÁM GIỜ – từ trưa đến 8 giờ tối – để giới thiệu họ với phương pháp chữa bệnh của ông.

Đây là một người đàn ông đặc biệt. Suốt buổi chiều, ông cứ nói: "Nếu thế giới biết những gì tôi đang cho bạn thấy thì sẽ *không còn ung thư nữa.* Không có lý do gì để mọi người bị bệnh".

Ông đã cho họ thấy những gì? Vâng, đó là chẩn đoán trọn vẹn và hệ thống điều trị. Phương pháp chẩn đoán vi lượng đồng căn của ông có thể xác định họ bị thiếu hụt gì và cần dùng

bao nhiêu lượng của một chất đặc biệt để chữa. Ông có thể cho biết nếu họ bị viêm và ở chỗ nào. Ông đã chụp X quang cổ và lưng Terry và cho biết một *vấn đề tiềm tàng nghiêm trọng*. Ông dạy bà một số phương pháp tập thể dục để điều chỉnh. Ông đo lưu lượng máu động mạch của họ và dạy họ một số cách để cải thiện. Ông nắn chỉnh lại cho chuẩn đầu của họ trên "đốt trên cùng" cột sống (đốt sống cổ trên cùng của cột sống có nhiệm vụ đỡ hộp sọ). Đây là phương pháp chỉnh hình chính thống duy nhất ông sử dụng.

Ông giới thiệu với họ "laser mềm". Chiếc máy đặc biệt này có thể chữa lành hầu như bất kỳ nhiễm trùng nào *trong một vài phút*. Đó là một chiếc máy to (cao khoảng 1m83) giá khoảng 25.000 đô-la và chỉ có thể sử dụng trong văn phòng của ông. Ông cũng cho họ thấy làm thế nào để sử dụng phiên bản cầm tay của loại laser tại nhà để điều trị đau và hầu như bất kỳ bệnh nào khác. Ông đã chứng tỏ sử dụng các vi lượng đồng căn có tác động giải thoát cơ thể khỏi tất cả các "mầm bệnh".

Ông dạy họ tầm quan trọng của việc *xoa bóp những vết sẹo* (như vết sẹo cắt bỏ tử cung của Terry) bằng cách sử dụng dầu vitamin A và E để "mở dòng năng lượng". Ông cho rằng dòng chảy năng lượng là vô cùng quan trọng cho tất cả các chức năng của cơ thể. Đương nhiên, điều này hoàn toàn phù hợp với *năng lượng kinh mạch* trong Y học cổ truyền Trung Quốc và các khái niệm về "khí".

Trong buổi chiều, Bill và Terry gặp một phụ nữ đến từ Đức, bà ở đó để chữa trị ung thư ruột kết. Bà thực sự vui mừng về tiến bộ của mình. Susan Gorkovsky bước vào, họ rất vui mừng được gặp bà và trao đổi kinh nghiệm với bà trong *chữa trị ung thư não* với bác sĩ Lubecki.

Nếu bạn đang tìm kiếm một người chữa bệnh thực sự có thể giúp bạn vượt qua ung thư (hoặc bất kỳ bệnh thoái hóa nào khác),

bạn cần phải làm quen với người đàn ông tuyệt vời này. Có một số video chứng thực (có cả một băng về Susan Gorkovsky) tại trang web của ông, đó là http://lubecki-chiropractic.com. Thông tin liên lạc của ông có trong trang web này.

Bác sĩ Simon Yu

Bây giờ bạn có một lựa chọn điều trị bên bờ Đông và bờ Tây, hãy để chúng tôi cung cấp cho bạn một chỗ tốt *ở vùng Trung Tây*. Bác sĩ Simon Yu là một bác sĩ y khoa làm việc ở St Louis. Để có được một cái nhìn tổng quan tốt về triết lý của ông và cách ông chữa trị bệnh nhân, bạn phải đọc cuốn *Cứu chữa ngẫu nhiên* (Accidental Cure). Sách có bán trên Amazon.com.

Bill hoàn toàn ấn tượng với khả năng của bác sĩ Yu sau khi đọc cuốn sách của ông. Bác sĩ Yu đã được *bác sĩ Douglas Cook* – một nha sĩ ở Wisconsin, đào tạo về các vấn đề chất độc nha khoa và kiểm tra điện da (ông gọi là đánh giá châm cứu kinh mạch). Sau khi làm việc với rất nhiều bác sĩ nha khoa có năng lực giỏi trong 10 năm, Bill coi bác sĩ Cook là *"nha sĩ vĩ đại nhất thế giới"*.

Dưới đây là bản tóm tắt về những gì bác sĩ Yu đã tìm thấy là năm nguyên nhân chính của tất cả các bệnh:

- *Loại bỏ ký sinh trùng* bằng các loại thảo mộc tự nhiên và thuốc được kê đơn.
- Liệu pháp *khử độc,* kể cả loại bỏ hỗn hợp thủy ngân.
- Phát hiện và diệt trừ *các nhiễm trùng răng ẩn.*
- Phân tích *các dị ứng thực phẩm.*
- *Dinh dưỡng* và hỗ trợ chế độ ăn.

Đối với bạn, những điều trên nghe có vẻ giống một bác sĩ y khoa chính thống phải không? Bác sĩ Yu điều trị cho những

người đã tham khảo ý kiến hàng chục bác sĩ chính thống và các vấn đề của họ vẫn *không thuyên giảm*. Bằng cách kiểm tra các vấn đề nêu trên, ông có thể chữa khỏi cho nhiều người. Về cơ bản, *ông điều trị con người, chứ không điều trị bệnh*. Có rất nhiều ví dụ và trường hợp nghiên cứu trong cuốn sách của ông. Địa chỉ và số điện thoại của bác sĩ Yu có ở trang web của ông, đó là:

http://www.PreventionAndHealing.com

Trung tâm Calgary về liệu pháp Thiên nhiên

Vào tháng 10 năm 2010, Terry và Bill đến thăm một *phòng khám rất thú vị* ở Calgary, Alberta, Canada. Họ ở đó bốn ngày để kiểm tra, chẩn đoán và thảo luận về tất cả các phương thức điều trị với hai bác sĩ sử dụng liệu pháp thiên nhiên trẻ là những người đứng đầu của phòng khám này.

Terry và Bill nhất trí rằng hai bác sĩ nằm trong số *những chuyên gia y tế năng lực nhất* mà họ từng gặp – và họ đã gặp rất nhiều trong số họ. Terry là một y tá nhiều kinh nghiệm ở Tây Ban Nha trong 24 năm. Bà biết tài liệu nào tốt khi nhìn thấy chúng.

Bác sĩ Jeoff Drobot và đối tác của mình là bác sĩ Shaun Riddle phàn nàn với Bill và Terry: "Chúng tôi không có mô hình cho những gì chúng tôi đang làm". Vâng, sau khi nhìn thấy những gì họ đang làm, Terry và Bill chia sẻ quan điểm của họ rằng chính *họ là mô hình*.

Bác sĩ Jeoff 36 tuổi và bác sĩ Shaun khoảng 40. Cả hai đều là sinh viên tốt nghiệp Trường Y liệu pháp thiên nhiên bốn năm. Họ chọn ngành học này chứ không chọn lĩnh vực y học thuộc về phép chữa đối chứng (chính thống) vì họ tin vào việc điều trị *nguyên nhân gây mất cân bằng* trong cơ thể hơn là triệu chứng. Họ đã kết hợp cùng nhau từ chín năm trước đây và thành lập Trung tâm Calgary về y học liệu pháp thiên nhiên (CCNM).

Hai người đàn ông trẻ tuổi đã dành *hàng trăm ngàn* đô-la theo đuổi kiến thức để giờ đây họ truyền lại cho các bệnh nhân của họ. Họ đã đi khắp thế giới để nghiên cứu các quy trình và thiết bị của các chuyên gia y tế thành công. Họ cải thiện tất cả các chế định chẩn đoán và điều trị mà họ tiến hành. Cách đây vài năm, họ đến *Phòng khám ung thư Paracelsus ở Thụy Sĩ* trong một tuần. Kể từ đó, hàng năm họ gặp gỡ với các nhân viên của phòng khám này ở Massachusetts để trao đổi kinh nghiệm.

Họ đã đến Johns Hopkins ở thành phố Panama, ở đó, tất nhiên là tự do hơn nhiều so với Johns Hopkins ở Mỹ. Họ đã đến các phòng khám ở Đức, ở đó họ phải trả tiền để có đội ngũ nhân viên y tế "hết ca" trong việc điều trị bệnh nhân trong ba ngày để có thể "hỏi kinh nghiệm của họ" và nghiên cứu thiết bị của họ. Họ đến biển Baltic dành thời gian với người phát minh ra một thiết bị điện y tế đặc biệt mà họ quan tâm. Họ trải qua ba ngày với bác sĩ John Lubecki. Họ đã thăm một số phòng khám ung thư Mexico.

Trong mọi trường hợp mà Bill và Terry quan sát được về công việc chẩn đoán và điều trị họ làm thì đều *đi trước người khác một bước.* Họ lập bảng ghi nhiệt độ làm phương pháp chẩn đoán toàn diện đầu tiên. Sử dụng một đầu dò hồng ngoại kiểm tra 112 điểm đặc biệt phần trên cơ thể – đo hai lần. Bao gồm cả các phép đo bằng máy tính từng chiếc răng một trong 32 vị trí răng trong hàm, cũng như mọi *bộ phận trong cơ thể.* Lần quét thứ hai được thực hiện sau khi cơ thể chịu áp lực trong phòng lạnh để hiển thị phản ứng của cơ thể đối với áp lực. Điều này, phức tạp hơn nhiều so với hình ảnh quét ghi nhiệt độ mà Bill và Terry từng thấy.

Sau đó, họ làm phân tích tế bào máu, phân tích dòng hệ thống sinh học, phân tích trở kháng sinh học, xét nghiệm biến đổi nhịp tim và kiểm tra điện da. Họ làm xét nghiệm nước tiểu

chuyên biệt về độc tố trong ruột, nồng độ canxi và tình trạng ô-xy hóa của cơ thể. Khi cần thiết, họ làm các xét nghiệm chuyên biệt về dị ứng thực phẩm, kiểm tra nội tiết tố nước bọt và phân tích kim loại nặng. Họ có được một bức tranh thực sự về tình trạng mất cân bằng của cơ thể và thứ gây ra nó. Họ gọi là *Đánh giá tối ưu sức khỏe* (Health Optimization Assessment - HOA).

Một khi họ có bức tranh hoàn chỉnh, mà không mất nhiều thời gian (hai đến ba giờ), họ có thể đưa ra phương pháp điều trị cho cá nhân. Các phương pháp điều trị bao gồm: TRUYỀN TĨNH MẠCH, tiêm, làm sạch máu, laser, biện pháp khắc phục thích hợp vi lượng đồng căn, một số loại điện y học, (bao gồm một máy phát tần số cao cấp hơn máy dòng–Rife GB-4000, kể cả "phần thêm" M.O.P.A. mà họ đã khám phá), các chất bổ sung và các loại thuốc (chủ yếu là tự nhiên) của tất cả các loại.

Phân tích tế bào máu cho thấy màng tế bào sáng lên và "phát sáng với sức khỏe". Bác sĩ Jeoff quy dấu hiệu tích cực cho hỗn hợp pho-mát không kem/dầu hạt lanh Bill ăn hàng ngày trong chín năm qua. Ông nghĩ ra một chất vi lượng đồng căn phù hợp để giúp Bill với chứng viêm tiền liệt tuyến. Họ đã cho Bill một vài thứ trợ giúp: bài tiết thủy ngân tích lũy trong cơ thể do răng; sự co rút của tiền liệt tuyến, và tăng cường sức mạnh của thận.

Dưới đây là một số trích đoạn từ cuốn sách nhỏ giới thiệu về phòng khám của họ, chúng sẽ cung cấp cho bạn một ý tưởng về triết lý và cách tiếp cận của họ:

- Với sự ổn định hoặc cân bằng, cơ thể bạn có tất cả các khả năng vốn có (khi được cung cấp đúng nhiên liệu và môi trường) để tối đa hóa sức khỏe và đảm bảo sự sống.

- Có thể tình trạng hoạt động kém trong cơ thể diễn ra trong nhiều năm trước khi một số xét nghiệm chuẩn xác định được những bất thường. Trong những năm đó, sự mất cân bằng đã không được kiểm soát và chúng ta bị sốc khi nhận được những

tin tức đáng lo ngại rằng chúng ta có một bệnh mãn tính cần quan tâm ngay lập tức.

- HOA được thiết kế để cho bạn thấy sự thích nghi về CHỨC NĂNG mà cơ thể bạn tạo ra bao lâu trước khi những thích nghi ấy chả khác gì những thay đổi tổn thương làm điều trị khó khăn hơn nhiều.

- Bạn sẽ ngạc nhiên khi thấy lượng thông tin về sức khỏe bạn sẽ nhận được và nó sẽ thực hiện vai trò chỉ dẫn thay đổi những gì để có thể đạt được sức khỏe tối ưu.

- Tại CCNM nhiệm vụ của chúng tôi đối với mỗi bệnh nhân gồm cả hai là TỐI ƯU HÓA và CÂN BẰNG sức khỏe của họ ở tất cả các cấp và theo đó tăng mức CHỐNG LÃO HÓA và chất lượng cuộc sống.

- Tuy nhiên, chúng tôi hiểu rằng những người thông qua Đánh giá tối ưu sức khỏe ở CCNM có thể đang trong trạng thái mất cân bằng nghiêm trọng và điều đó đảm bảo cho những hình thức can thiệp cụ thể ngay lập tức.

- Tiếp cận chăm sóc sức khỏe của chúng tôi ở CCNM tập trung vào:

1. Tại sao xuất hiện triệu chứng [họ hoàn toàn hiểu được tính phổ biến của "chất độc nha khoa"].
2. Những gì cơ thể đang cố gắng thực hiện với triệu chứng [hãy nhớ rằng: Một khối u ung thư chỉ là một triệu chứng].
3. Và những thay đổi cụ thể gì cần phải được thực hiện để cân bằng lại và theo đó tối ưu hóa toàn bộ cơ thể.

Liên hệ với họ

Vậy, nếu bạn đang cân nhắc điều trị ung thư tại phòng khám này, xin hãy tìm hiểu thật thấu đáo. Dưới đây là trang web chính của họ, nơi đây bạn có thể gặp hai bác sĩ tuyệt vời, cũng như ba

bác sĩ khác trong nhân viên phòng khám chuyên về những thứ như châm cứu, y học Trung Quốc và ghi nhiệt độ: http://www.CalgaryNaturopathic.com. Họ đang có kế hoạch mở chi nhánh tại khu vực Phoenix, Arizona vào mùa thu năm 2011. Trang web sẽ vẫn như cũ.

Phòng khám ung thư ở Mexico

Có thể bạn đã nghe nói về vô số các phòng khám ung thư ở Tijuana, Mexico và các thành phố khác ở Mexico. Một số thực sự tốt. Để tìm hiểu chúng, chúng tôi đề nghị bạn vào http://www.Adios-Cancer.com. Ở đó bạn sẽ tìm thấy một cuốn sách điện tử hoặc một phiên bản in gọi là *Ung thư Adios* của Frank Cousineau. Frank chắc chắn là người có uy tín tầm thế giới về những phòng khám này. Ông đã dẫn nhiều cuộc kinh lý các phòng khám này cho bác sĩ và bệnh nhân ung thư *trong 35 năm.*

Với sự giúp đỡ của Andrew Scholberg, trong cuốn sách của mình, Frank cung cấp cho bạn thông tin chi tiết về bảy trong số các phòng khám. Có mô tả các loại phương pháp chữa bệnh mà họ sử dụng, những câu chuyện của bệnh nhân, tên của các bác sĩ, thông tin liên lạc và rất nhiều chi tiết. Ông nói với bạn nơi ở lại nếu đó là một phòng khám ngoại trú, về chi phí hết bao nhiêu và *làm thế nào để có được bảo hiểm cho điều trị của bạn*. Đây là nguồn cung cấp thông tin tốt nhất về các phòng khám này.

Ở cuối bản in 60 trang này, Frank cung cấp cho bạn thông tin liên hệ về 13 trạm y tế ung thư Mexico khác. Ông cung cấp cho bạn số điện thoại và địa chỉ e-mail của ông nếu bạn muốn liên lạc với ông.

Phòng khám ung thư ở Đức

Andrew Scholberg, người đã giúp Frank Cousineau viết cuốn sách *Ung thư Adios,* đã thăm sáu phòng khám ung thư ở Đức vào mùa xuân năm 2008. Cuốn sách điện tử của ông về các phòng khám này rất xuất sắc. Có vẻ như mỗi phòng khám trong số những phòng khám này sử dụng kỹ thuật rất hiệu quả mà *không nơi nào khác trên thế giới* sử dụng. Đó là hình thức tăng thân nhiệt bằng cách sử dụng (sóng ngắn) tần số vô tuyến thâm nhập dễ dàng vào cơ thể.

Andrew nhắc đến nhiều nhân vật nổi tiếng đã sử dụng các phòng khám này để phục hồi. Các bác sĩ, ông đã phỏng vấn tại các phòng khám này chắc chắn có cách tiếp cận thực sự toàn diện để chữa bệnh.

Nếu chúng ta bị ung thư, chúng ta chắc chắn phải nghiên cứu cuốn sách điện tử này và điều tra nghiên cứu một số phòng khám tại Đức. Để có sách điện tử, chỉ cần vào:

http://www.GermanCancerBreakthrough.com

Trung tâm Budwig

Ở trên, chúng tôi đã đề cập đến Trung tâm Budwig ở Malaga, Tây Ban Nha như một nguồn thông tin tuyệt vời về chế định Budwig. Nó hữu ích hơn rất nhiều nếu bạn tìm kiếm một bệnh viện để điều trị. Tại trang web http://BudwigCenter. com, bạn sẽ tìm thấy rất nhiều thông tin chi tiết về các loại phương pháp điều trị thực hiện tại phòng khám này và lịch sử của chúng. Một lần nữa, bạn có thể tải về *miễn phí 90 trang sách điện* tử tại trang web trên. Nó sẽ mô tả tất cả các phương pháp điều trị họ thực hiện cùng với rất nhiều thông tin về chế độ ăn và tự điều trị. Thậm chí có một số công thức nấu ăn tuyệt vời trong phần sau của cuốn sách.

Kiểm tra đi mọi người. Chúng tôi chắc chắn sẽ cân nhắc đến các Trung tâm Budwig nếu chúng tôi ở châu Âu hay đi du lịch đến đó.

Bác sĩ liệu pháp tự nhiên Judy Seeger

Một trong những nguồn tốt nhất chúng tôi đã tìm được để tham vấn về chữa trị ung thư là bác sĩ Judy Seeger. Bà là một bác sĩ theo liệu pháp tự nhiên, người đã làm việc với hàng trăm bệnh nhân ung thư trong 35 năm và dạy cho họ *những phương pháp chữa bệnh tự nhiên*. Bà nhấn mạnh *làm sạch và khử độc* các cơ quan chữa bệnh của cơ thể – gan, túi mật, thận, bàng quang và ruột kết.

Bác sĩ Seeger sống ở Florida. Bà tiến hành các khóa đào tạo trực tuyến *miễn phí* về làm sạch và khử độc. Bà còn tổ chức Trại làm sạch ung thư cứ vài tháng một lần kéo dài ba ngày. Để tìm thông tin về khóa đào tạo trực tuyến tiếp theo hoặc đăng ký Trại, xin vui lòng gọi bác sĩ Seeger theo số (321) 403 – 9447. Bạn cũng có thể liên hệ với bà qua e-mail:

info@cancercleansecamp.com.

"Khóa học cứu lấy cuộc sống của bạn" của Sam Biser

Nếu bạn thực sự nghiêm túc trong việc chữa bệnh, bạn cần phải xem xét "Khóa học cứu lấy cuộc sống của bạn" (Save Your Life Course) của Sam Biser. Sam đã tạo ra 15 DVD và một cuốn sách 600 trang về các phương pháp chữa bệnh bằng thảo dược của bác sĩ Richard Schulze. Kinh nghiệm của bác sĩ Schulze trong việc chữa bệnh cho các loại bệnh nhân "giai đoạn cuối" bằng thảo mộc là có một không hai. Khóa học này sẽ dạy bạn làm thế nào để chuẩn bị cồn thuốc, các loại trà và thuốc đắp tại

nhà để đối phó với trường hợp khẩn cấp (ví dụ như cơn đau tim và đột quỵ). Nhưng khóa học này cũng dạy cho bạn làm thế nào để tránh tất cả các loại vấn đề về thân thể.

Khóa học này được bán 10 năm trước với giá 350 đô-la. Nó đã được nâng cấp và đưa vào DVD (thay vì VHS) và có giá thấp hơn nhiều. Đây là tài liệu tốt nhất về chủ đề thảo dược làm sạch mà chúng tôi đã thấy. Để đặt mua, chỉ cần vào: http://www.sambiser.com.

CHƯƠNG 7

NHỮNG PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ KHÁC BẠN CẦN PHẢI BIẾT

"Trước hết, đừng làm hại."

HIPPOCRATES (400 TCN)

Có cả lô phương pháp điều trị ung thư được chào mời bởi *các chuyên gia tin cậy* và *những nhà nghiệp dư không mấy tin cậy.* Nhiều trong số đó khá hiệu quả *NẾU* chúng được một nhà y tế chuyên nghiệp thường xuyên giám sát tại bệnh viện bạn đang nằm. Số khác chỉ do chưa được chứng minh có hiệu quả hoặc thấp hơn những phương pháp điều trị sẵn có hoặc do chúng quá đắt.

Lúc nào đó trong hành trình của mình chắc bạn sẽ nghe về một trong các phương pháp đó. Theo chúng tôi, việc đó giúp bạn biết được những phương pháp không hiệu quả hoặc cần có sự giám sát chuyên nghiệp như nói trong chương tự điều trị. Mục đích là biến bạn trở thành một *chuyên gia "đồng bác sĩ".*

Laetrile/Amygdanlin/Vitamin B17

Một ví dụ hay là Laetrile – (Hợp chất có chứa cyanide chiết xuất từ quả đào dùng chữa trị ung thư, chưa được kiểm nghiệm). Chúng tôi tin Laetrile đã giúp hàng nghìn bệnh nhân ung thư kể từ khi được khám phá vào năm 1953. Trước hết là một vài thông tin cơ bản.

Thế giới không ung thư

Cuốn sách hay nhất chúng tôi tìm được về chủ đề Laetrile là *Thế giới không ung thư* (World Without Cancer) của G. Edward Griffin, xuất bản lần thứ nhất năm 1974. Đã có *rất nhiều cập nhật* bao gồm 15 tái bản kể từ đó – gần đây nhất là *tháng 3 năm 2000.* Ông đã nghiên cứu thấu đáo *lịch sử và khoa học của Laetrile (B17).* Bản thân ông nghiên cứu nguyên nhân tại sao FDA cấm Laetrile. Đọc cuốn sách này bạn sẽ không còn tin vào sự *"bảo vệ"* cho bạn của các cơ quan như FDA – Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm, AMA – Hiệp hội Y học Mỹ và ACS – 'Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ.

Nếu vào trang web Cơ sở chữa trị ung thư (Cancer Cure Foundation): http://www.cancure.org và gõ B17 ở ô "Search By Word", một số bài báo sẽ xuất hiện. Bài đầu tiên nói cả về nguồn cung cấp viên nang B17 (Laetrile), hạt mơ và các phòng khám trên khắp thế giới đang sử dụng như một phần trong phương pháp chữa ung thư, có đầy đủ số điện thoại.

Edward Griffin dẫn chứng bằng tài liệu việc ngăn cấm Laetrile và những người chủ trương – là một *âm mưu* kéo dài lợi nhuận khủng của *"công nghiệp ung thư"*. Sách chứa đựng bằng chứng hết sức thuyết phục *hiệu quả của Laetrile.* Trong đó bao gồm cả những trường hợp cụ thể có *tên và nơi sống* của các cá

nhân. Chúng tôi sẽ trích dẫn một trường hợp để cho bạn thấy được sức mạnh của cuốn sách:

WILLIAM SYKES

Vào năm 1975, William Sykes ở Tampa, Florida bị bệnh bạch cầu lympho cộng với ung thư lá lách và gan. Sau khi cắt bỏ lá lách, bác sĩ nói ông sống nhiều nhất là vài tháng nữa.

Mặc dù được chỉ định chạy hóa trị – không phải để chữa trị mà chỉ để cố làm chậm cái chết thêm vài tuần – Nhưng ông Sykes đã chọn Laetrile. Đúng lời của ông, đây là điều đã xảy ra:

'Khi chúng tôi gặp bác sĩ vài tuần sau đó, ông ấy đã giải thích tại sao và như thế nào mà Laetrile giúp được rất nhiều bệnh nhân ung thư và đề nghị tôi truyền dịch truyền Laetrile 30cc hàng ngày trong ba tuần tiếp theo. Ông cũng cho tôi enzyme và một chế độ ăn với thực phẩm bổ sung.

Sau vài ngày tôi thấy khỏe hơn, nhưng đến lần thăm khám thứ ba, bác sĩ nói ông ấy không thể điều trị cho tôi. Ông được thông báo sẽ bị rút giấy phép hành nghề nếu tiếp tục dùng Laetrile. Ông chỉ cho vợ tôi cách làm với Laetrile, bán cho chúng tôi số thuốc ông có và cho chúng tôi địa chỉ để có thể mua thêm.

Tuần tiếp theo tôi tiếp tục chương trình và cảm thấy ngày một khá hơn. Vào một buổi chiều, bác sĩ ở Ann Arbor gọi điện và hỏi tại sao tôi không quay lại để chạy hóa trị. Ông bảo tôi đang chơi trò 'mạo hiểm' với tính mạng. Cuối cùng ông đã thuyết phục được tôi quay lại chạy hóa trị, tôi đến Ann Arbor và bắt đầu điều trị. Mỗi ngày tôi thấy một tệ hơn. Mắt tôi nóng rực, dạ dày như cháy lên. Chỉ trong vài ngày tôi trở nên quá yếu và khó ra khỏi giường… 'Cứu chữa' giết tôi nhanh hơn bệnh! Không thể chịu đựng thêm tí nào nữa, tôi dừng hóa trị, quay trở về với Laetrile thực phẩm bổ sung và nhanh chóng bắt đầu thấy tốt hơn. Lần này lâu hơn vì tôi phải chiến đấu với tác động của cả hóa chất cũng như ung thư…

Trong thời gian ngắn tôi lại có thể tập hít đất và thể dục mà không bị mệt. Bây giờ tôi đã 75 tuổi [20 năm sau ngày họ nói tôi chỉ còn sống vài tháng], tôi vẫn chơi bóng tường hai lần mỗi tuần.

Trong thư ngày 19 tháng 6 năm 1996 gửi Edward Griffin, tác giả cuốn *World Without Cancer,* bà Hazel Sykes cung cấp thêm cái nhìn sâu sắc:

"Sau khi Bill chiến thắng ung thư, một hôm có vị bác sĩ đến gặp ông. (Đó là bác sĩ làm hóa trị ở một bệnh viện có tiếng tăm). Bác sĩ muốn biết làm thế nào Bill đã chiến thắng được ung thư vì vợ ông đang rất ốm vì ung thư. Bill nói: "Sao ông không chạy hóa trị cho bà ấy?" Bác sĩ trả lời: "Tôi không bao giờ chạy hóa trị cho bất cứ ai trong gia đình và bạn bè!" Ông ta không chỉ là bác sĩ duy nhất đến gặp Bill với cùng câu hỏi đó".

Các bác sĩ "trong cuộc"

Rất nhiều bác sĩ thiên về quan niệm dùng Laetrile để kiểm soát ung thư. Dưới đây là một số ví dụ.

Vào năm 1994, *bác sĩ P. E. Binzel* công bố những kết quả điều trị cho bệnh nhân ung thư của ông bằng Laetrile trong giai đoạn 1974 và 1991. Ông sử dụng kết hợp truyền và uống Laetrile. Liều truyền bắt đầu từ ba gram đến tận chín gram. Sau khoảng thời gian vài tháng thì uống Laetrile một gram lúc đi ngủ thay cho truyền. Bác sĩ Binzel cũng sử dụng các chất dinh dưỡng bổ sung khác nhau và enzyme tuyến tụy cũng như lượng thấp đạm động vật, không có đồ ăn tạp trong chế độ của ông cho bệnh nhân ung thư.

Trong nhóm 180 bệnh nhân ung thư giai đoạn đầu (không di căn hay giới hạn ở một cơ quan hay mô), thì 138 bệnh nhân vẫn sống đến năm 1991 khi ông tập hợp kết quả điều trị. Vào thời điểm đó 58 bệnh nhân tiếp tục sống được hai đến bốn năm,

trong khi *80 bệnh nhân được theo dõi y tế từ năm đến 18 năm*. Trong 42 bệnh nhân tử vong năm 1991 thì 23 người tử vong do ung thư, 12 do những nguyên nhân không liên quan và bảy tử vong "không rõ nguyên nhân".

Trong số các bệnh nhân ung thư *di căn* của ông, 32 trong 108 tử vong do bệnh, trong khi sáu tử vong do những nguyên nhân không liên quan và chín tử vong "không rõ nguyên nhân". Trong 61 bệnh nhân vẫn sống vào năm 1991, 30 người tiếp tục sống khoảng hai và bốn năm, trong khi *31 người tiếp tục trong năm đến 18 năm.*

Những kết quả của Binzel rất ấn tượng. Một số bệnh nhân thảo luận trong sách của ông vẫn còn sống (và khỏe mạnh!) *15 – 18 năm* sau điều trị Laetrile cơ bản. Binzel cũng lưu ý *không* ai trong các bệnh nhân ung thư trong thị trấn nhỏ đó là do ông – "bác sĩ gia đình" *chẩn đoán*. Tất cả được *các bác sĩ khác* chẩn đoán. Rất nhiều người đã chịu *tàn phá của "cắt-đốt-độc" tiêu chuẩn* (phẫu thuật/xạ trị/hóa trị) trước khi các bác sĩ ung thư đầu hàng như những trường hợp *vô vọng*.

Sách của ông nhan đề *Sống và Khỏe* (Alive and Well) của bác sĩ P. E. Binzel do American Media xuất bản năm 1994 tại Westlake Village, California.

Bác sĩ Manuael Navarro, cựu giáo sư y học và phẫu thuật của Đại học Santo Tomas (University of Santo Tomas) ở Manila viết năm 1971: *"Tôi… chuyên về ung thư học 18 năm qua. Cũng trong từng ấy năm, tôi sử dụng Laetrile-amygdalin trong điều trị các bệnh nhân ung thư của tôi. Trong suốt thời gian 18 năm đó tôi đã điều trị tổng số hơn 500 bệnh nhân bằng Laetrile-amygdalin với rất nhiều lộ trình điều trị, kể cả uống thuốc và truyền tĩnh mạch. Số đông bệnh nhân đã ở vào giai đoạn cuối khi bắt đầu điều trị bằng Laetrile-amygdalin.*

Đó là xem xét thận trọng đánh giá lâm sàng của tôi như một bác sĩ điều trị ung thư và nghiên cứu trong lĩnh vực này. Tôi đã thu

được những kết quả đáng kể nhất và đáng khích lệ với việc sử dụng Laetrile-amygdalin trong điều trị bệnh nhân ung thư giai đoạn cuối và những kết quả này tương đương hoặc tốt hơn những kết quả tôi thu được khi sử dụng các tác nhân ngăn cản phân bào tiêu chuẩn độc hại hơn".

[Đây cũng là bác sĩ Navarro sáng lập Phòng khám Navarro vẫn làm Xét nghiệm ung thư qua nước tiểu HCG.]

Trích đoạn này trong cuốn *World Without Cancer* của Edward Griffin nói trên và trong Phụ lục A của sách này.

"Bác sĩ Ernesto Contreras *ở Tijuana, Mexico đã sử dụng Laetrile làm nền tảng trong công tác ung thư của ông từ năm 1963. Ông nhận xét: 'Để phòng ngừa ung thư và duy trì thuyên giảm thì chẳng có gì hiệu quả hơn Laetrile... Tính không độc hại của nó cho phép sử dụng lâu dài, trong khi phẫu thuật, hóa trị và xạ trị chỉ có thể dùng trong thời gian hạn chế… Laetrile hỗ trợ rất nhiều cho phần lớn các loại ung thư thường gặp như ung thư phổi, vú, ruột, buồng trứng, dạ dày, thực quản, tiền liệt tuyến và u bạch huyết".*

Đoạn trích này trong cuốn *An Alternative Medicine Definitive Guide to Cancer* do Future Medicine, Tiburon, California xuất bản năm 1997.

Bác sĩ Hans Nieper là bác sĩ chuyên khoa ung thư nổi tiếng ở Đức. Ông là người phát triển tiêu chuẩn chống ung thư bằng thuốc ngăn cản phân bào (cytotoxic) khống chế hệ miễn dịch (cyclophosphamide). Năm 1970 ông là đồng tác giả với Dean Burk của tài liệu nhỏ về Laetrile, trong đó ông tuyên bố rằng *"… trong điều trị ung thư, nguyên lý tích cực của nitrilosides cần được sử dụng chủ yếu trong phòng bệnh* [ngăn ngừa] *và phương pháp bảo vệ sớm… Mặt khác, tính hoàn toàn không độc* [không có chất độc] *của phương pháp điều trị này, có lẽ không có gì đặc biệt, nhưng lại là nguyên lý tự nhiên đã được tìm lại và cho phép sử dụng không hạn chế".*

Trích đoạn này trong tài liệu *Những vấn đề trong chẩn đoán và điều trị ung thư sớm* (Problems of Early Cancer Diagnosis and Therapy) công bố năm 1970 bằng tiếng Đức trong ấn phẩm xuất bản định kỳ Aggressologie, Tập 11, trang 1-7.

Năm 1972, bác sĩ Nieper nói với phóng viên khi đang ở Mỹ: *"Sau hơn 20 năm với công việc chuyên môn như thế, tôi đã tìm thấy Nitrilosides không độc hại – đó là Laetrile – tốt hơn rất nhiều so với bất cứ phương pháp điều trị và phòng ngừa ung thư nào khác được biết đến. Theo ý kiến tôi, đó là khả năng duy nhất hiện có để cơ bản kiểm soát ung thư".*

Trích đoạn này trong cuốn *World Without Cancer* nói trên.

Bác sĩ Atkins, bậc thầy của "Cách mạng chế độ ăn" ghi nhận rằng *"Amygdalin hình như trung hòa ô-xy hóa các hỗn hợp tăng cường ung thư như gốc tự do… Đó chính là thêm một thành tố quan trọng nữa giữ cho ung thư không phát triển hoặc di căn. Ngược lại với những gì mọi người nói về Laetrile… nó phải được coi như một phương pháp điều trị hiệu quả, hoàn toàn an toàn cho mọi loại ung thư".*

Tại sao không tự điều trị bằng Laetrile?

Trước bằng chứng trên và các khuyến cáo của các bác sĩ, tại sao chúng tôi không đưa Laetrile/Amygdaline/Vitamin B17 vào chương "Tự điều trị" trong sách này? Dưới đây là nguyên nhân:

Dùng Laetrile điều trị ung thư cần phải là một phần của một chương trình hoàn chỉnh bao gồm chế độ ăn, enzyme, tập luyện và thực phẩm bổ sung, và được giám sát bởi một chuyên gia y tế chuyên nghiệp.

Ví dụ, cần phải có một mức độ kẽm hợp lý trong cơ thể để Laetrile có hiệu quả. Laetrile không làm việc nếu không có

lượng vitamin C tương xứng. Vitamin A cản trở ảnh hưởng của Laetrile. Cần có một thiết lập gồm vitamin, enzyme và chế độ ăn hợp lý trong ít nhất 2 tuần trước khi bắt đầu điều trị với Laetrile. Dạ dày đầy cũng làm kém đi ảnh hưởng của Laetrile. Cuối cùng, liều dùng Laetrile đòi hỏi tiêm truyền kết hợp với thuốc uống. Phải giám sát chặt chẽ phản ứng và điều chỉnh liều dùng trong ít nhất ba tuần sau khi cơ thể đã được chuẩn bị đầy đủ để nhận Laetrile. Dứt khoát đây không phải là một công việc "tự mình làm".

Những phương pháp điều trị khác chúng tôi đề xuất cho bạn là cần thiết rộng rãi cho bệnh nhân ung thư kể cả những thứ bạn có thể tự làm mà không có giám sát. Những thứ đó bao gồm: tăng cường hệ miễn dịch, dầu hạt lanh/pho-mát không kem, vitamin C với L-Lysine và L-Proline, viên barley, xét nghiệm pH, một chế độ ăn khác hẳn, vitamin/khoáng chất bổ sung và vitamin D3. (Xem trong Chương 5). Không thứ nào trong đó cản trở bất cứ phương pháp điều trị nào khác bạn có thể dùng.

Kết luận

Laetrile (amygdalin) là liệu pháp phòng ngừa và chữa trị ung thư hiệu quả. Nó phải được sử dụng dưới sự giám sát của chuyên gia y tế.

Sụn cá mập

Một phương pháp điều trị nữa mà bạn cần làm quen, nhưng chúng tôi muốn chờ để trao đổi với chuyên gia y tế CAM (Complementary & Alternative Medicine) do bạn lựa chọn là sụn cá mập. Đầu tháng 10 năm 1991 bác sĩ Williams công bố *loạt bài báo* về chủ đề này trong bản tin *Thay thế* của ông.

Chúng tôi thấy cách tốt nhất để bạn làm quen với chọn lựa này là trích đăng một bài báo của *người khám phá* ra sụn cá mập, *tiến sĩ I. William Lane.*

Bạn còn nhớ trong Chương 5, FDA đã yêu cầu đóng cửa Công ty Lane Labs, nhà phân phối chính sụn cá mập do bác sĩ Lane khám phá ra, trong một thời gian ngắn vào năm 2004. Nay họ đã hoạt động trở lại với các chất bổ sung rất phong phú. Trang web của họ là:

http://www.lanelabs.com/

Ở đây chúng tôi sẽ cho bạn thông tin về sụn cá mập của họ bởi vì chúng tôi nghĩ đó là trường hợp nghiên cứu thú vị về bản chất đau lòng của cuộc đấu tranh mang phương pháp điều trị tự nhiên về với chúng ta.

Bác sĩ Lane bắt đầu nghiên cứu sụn cá mập làm liệu pháp chữa trị ung thư đầy hứa hẹn từ tháng 9 năm 1983. *Ông phải dùng tiền riêng,* ông tiến hành nghiên cứu ở Bỉ và Mexico. Nghiên cứu ở Mỹ quá đắt với ông. Nhưng vào tháng 9 năm 1992 ông đã khiến *Bộ Y tế Cu-ba quan tâm.* Họ đã mời ông làm một nghiên cứu về các bệnh nhân *ung thư giai đoạn cuối.*

"Người Cu-ba đã đồng ý giao cho tôi 29 bệnh nhân và nhóm năm bác sĩ u bướu, bảy y tá và các điều kiện tốt nhất để theo dõi. Nghiên cứu của Cu-ba trở thành một huyền thoại nhờ có diện phủ sóng rộng *và câu chuyện của* Mike Wallace và đài '60 phút'.

Cả 29 bệnh nhân đều không thể bước ra khỏi giường bệnh, *tất cả họ đều trong* giai đoạn cuối và chờ chết. *Họ* thất bại *sau khi đã được điều trị bằng các phương pháp chính thống. Ngày đầu tiên tôi gần như đầu hàng. Tôi cảm thấy* cơ hội *của tôi với các bệnh nhân cấp đó là bằng* không, *điều đó được các bác sĩ ung thư Cu-ba đứng đầu là bác sĩ Jose Menendez chia sẻ.*

Có 10 u bướu khác nhau, năm về tiền liệt tuyến, *sáu về* vú, *năm về* hệ thần kinh trung ương, *hai về* dạ dày, *hai về* gan, *hai về* buồng trứng, *hai về* dạ con, *hai về* thực quản, *hai về* amiđan, *một về* bàng quang. *Vào* tuần thứ năm *điều trị, qua điện thoại và fax tôi được biết nhóm Cu-ba* rất hi vọng. *Vậy nên tôi phải đến đó khám vào tuần thứ sáu.*

Tôi đã được CBS và '60 phút' *liên hệ sớm hơn. Đài phát thanh muốn tiếp tục với câu chuyện mà đài* xem như trò gian lận. *Trong lần đến khám điều trị tuần thứ sáu, đi cùng tôi có biên tập viên bản tin sức khỏe Alternative là David Williams D. C, năm người của '60 phút' (có cả nhà sản xuất Gail Eisen một người có* định hướng y tế *mà ban đầu* rất thiếu lạc quan *về câu chuyện) và bác sĩ Charles Simone một nhà tư vấn tôi đã yêu cầu giúp tôi đánh giá kết quả. Tất cả đều rõ là một số bệnh nhân* đã có tiến bộ.

Trừ bác sĩ Simone tham gia với chúng tôi vào tuần 16, nhóm này lại đến thăm vào tuần 11 *và thăm lại vào* tuần 16. *Khi đó có* Mike Wallace *tham gia cùng chúng tôi, anh ở lại Cu-ba với chúng tôi ba ngày để xem lại kết quả và làm phim.*

Vào thời điểm đó, người Cu-ba đưa thêm bác sĩ Fernandez Britto, nhà nghiên cứu bệnh học tầm cỡ thế giới *vào nhóm. Lần đầu tiên ông cho xem* các phiên bản khám nghiệm bệnh học *minh chứng tác động của sụn cá mập trong kích thích phát triển nhanh mô xơ* thay thế và gói gọn tế bào ung thư. *Các phiên bản của ông nay có cả phiên bản* 'trước' và 'sau' sinh thiết *rất thiết yếu cho giải thích sụn cá mập làm việc như thế nào.*

Sau đó '60 phút' cho bác sĩ Eli Gladstein của Trường Đại học Tây – Nam Texas (University of Southwestern Texas) xem phim X-quang cùng với các dữ liệu ghi nhận về huyết để cộng tác. Bác sĩ Eli Gladstein xác nhận những phát hiện đó *và ông làm vậy* mà không hề biết rằng sụn cá mập là tác nhân chữa bệnh.

Nhóm '60 phút' rất phấn khích *về những kết quả này và phát đi đợt chiếu* trong 10 ngày và phát hai đợt, *điều này thường ít thấy. Nhóm cũng quảng bá câu chuyện trước mỗi lần phát sóng bốn ngày.*

May thay các buổi chiếu có ngân quỹ đủ lớn để thực sự nghiên cứu các ảnh hưởng, thăm khám bệnh nhân *và sau đó* báo cáo những kết quả khả quan *mà họ tự thấy được. Mặt khác, thật lạ lùng là* Viện Nghiên cứu Sức khỏe Quốc gia (National Institues of Health – NIH) chưa bao giờ dành thời gian nghe toàn bộ trình bày, xem các phiên bản, trao đổi với tôi hoặc với các bác sĩ quan tâm".

"Trong số 29 bệnh nhân giai đoạn cuối *lúc ban đầu, chín người* (31%) chết do ung thư *trong vòng 17 tuần;* không còn ai chết do ung thư sau đó nữa, *sáu người khác chết do tai nạn, đau tim hoặc* những nguyên nhân tự nhiên *khác; 14 người* (48%) khỏi hoàn toàn và thoát khỏi ung thư sau 34 tháng *(gần 3 năm) kể từ 15 tháng 6 năm 1995. Sau khi dùng sụn cá mập 60 mg/ngày trong 16 tuần, những bệnh nhân này tiếp tục* liều duy trì *20 mg/ngày để* giữ họ khỏe *trong gần ba năm. Đối với các bệnh nhân ung thư* giai đoạn IV *điều này thật ấn tượng, thậm chí không thể tin nổi, cho dù có thể một hay hai bệnh nhân ở giai đoạn III hơn là giai đoạn IV lúc bắt đầu.*

Tất cả ung thư đã được xác nhận sinh thiết. *Bác sĩ ung thư trưởng người Cu-ba, Menendez gần đây nói với tôi: 'Trong lịch sử làm bác sĩ ung thư của tôi, tôi chưa từng thấy hoặc trải nghiệm thứ gì đó giống như phản ứng như thế này với sụn cá mập'."*

Dưới đây là lời của bác sĩ Lane về khám phá của ông:

"Tôi tự hào rằng tôi đã sẵn sàng đặt tiền túi lên bàn để phát triển liệu pháp sụn cá mập và tôi sẽ bảo vệ những kết quả này cũng như những người khác đã thấy tác dụng.

Đánh giá của chuyên gia là nền tảng cho hệ thống của chúng ta, tuy nhiên những kết quả khác, nếu được ghi chép cẩn thận và có xác minh rõ ràng thì cũng không nên bị loại bỏ và nhạo báng.

Những kết quả nghèo nàn của liệu pháp điều trị ung thư chính thống khiến ta phải nghiên cứu phương pháp mới *hứa hẹn, đặc biệt là nếu nó* không đắt, không độc và không mổ xẻ. *Trong giai đoạn chi phí y tế không bị kiểm tra như lúc này và* bệnh dịch ung thư *xem ra không giảm thì tất cả mọi khả năng đều đáng được chú ý".*

Kết luận

Sụn cá mập dạng bột và viên nang có bán tại Công ty Lane Labs, chúng tôi không khuyên tự điều trị với nó. Điều chúng tôi băn khoăn là liều lượng và giám sát. Với hai vấn đề này, bạn cần có lời khuyên của chuyên gia y tế.

Dichloroacetate (DCA)

Trong tháng 2 năm 2007, Bill đã công bố bài viết "DCA – Chữa trị ung thư mới nhất" (DCA – The Cancer Cure) trong bản tin "Thoát khỏi ung thư" (Canceer Free) của ông. Ông trích dẫn một bài viết của David McRaney, biên tập viên chính của "Student Printz" trên DCA. Đây là một đoạn trích từ bài viết đó:

"Các nhà khoa học có thể đã chữa khỏi ung thư tuần trước.

Vâng.

Vậy, tại sao không có phương tiện truyền thông nào nắm bắt nó?

Vấn đề là thế này. Các nhà nghiên cứu tại Đại học Alberta ở Edmonton, Canada tìm thấy một loại thuốc giá rẻ và dễ sản xuất mà giúp tiêu diệt gần như tất cả các ung thư. Thuốc đó là dichloroacetate (DCA), nó đã được sử dụng để điều trị rối loạn chuyển hóa, nên không có vấn đề gì khi sử dụng nó cho các mục đích khác.

Nghe giống như loại tin tức bạn nhìn thấy trên trang đầu của các báo phải không?

Thuốc cũng không có giấy phép độc quyền nhãn hiệu, nghĩa là có thể được sản xuất để bán giá rẻ so với những gì các công ty thuốc nghiên cứu và triển khai.

Các nhà khoa học đã thử nghiệm DCA trên tế bào người, nuôi bên ngoài cơ thể, ở đó nó tiêu diệt tế bào ung thư phổi, vú và não, nhưng lại không đụng tới các tế bào khỏe mạnh. Khối u của những con chuột béo đã co lại khi chúng được cho uống nước có bổ sung DCA.

Một lần nữa, điều này có vẻ như phải ở dòng tít đầu của những tin tức đêm, phải không?

Tế bào ung thư không sử dụng các nguồn sinh lực nhỏ được tìm thấy trong hầu hết các các tế bào của con người là các ty thể. Thay vào đó, chúng sử dụng thủy phân glucoza kém hiệu quả và lãng phí hơn.

Các bác sĩ từ lâu đã tin rằng lý do là vì ty thể đã bị hư hỏng bằng cách nào đó. Nhưng hóa ra là các ty thể chỉ ngủ ngầm và DCA lại đánh thức chúng trở lại.

Tác dụng phụ của điều này là kích hoạt quá trình tự hủy diệt của tế bào. Bạn thấy đấy, ty thể chứa một phím tự hủy quan trọng không được nhấn trong các tế bào ung thư. Nếu không có nó, các khối u phát triển lớn hơn vì các tế bào không bị tiêu diệt. Nhờ DCA mà ty thể hoạt động đầy đủ và lại có thể tự hủy.

Với việc ngưng thủy phân glucoza, cơ thể sản xuất ít a-xít lactic, vì vậy mô xấu xung quanh tế bào ung thư không phá vỡ và nảy hạt giống các khối u mới.

Đây là cái bẫy lớn. Các công ty dược phẩm có thể sẽ không đầu tư nghiên cứu DCA bởi vì họ không có lợi nhuận từ nó. Cái đó dễ làm, không có giấy phép độc quyền nhãn hiệu và có thể thêm vào nước uống. Hãy hình dung, Gatorade với kiểm soát ung thư.

Vì vậy, công việc nền tảng phải được thực hiện tại các trường đại học và các phòng thí nghiệm độc lập có tài trợ. Nhưng, họ phải làm thế nào để kêu gọi hỗ trợ nếu các phương tiện truyền thông thậm chí còn không nói về nó?

Tất cả điều tôi có thể làm là viết bài này và hi vọng Google News nắm bắt nó. Đồng thời, nói với những người bạn quen biết và tự mình nghiên cứu".

Bình luận của chúng tôi

Bill thực sự đánh giá cao về tám độc giả trung thành tuyệt vời của ông gây sự chú ý cho ông vào đầu năm 2007 với việc mang lại sự phát triển mới mẻ này. Ông đã làm thêm một số nghiên cứu về nó. Trang web tốt nhất cho thông tin về DCA là: http://www.TheDCASite.com.

Bạn sẽ tìm thấy rất nhiều thông tin ở đó, bao gồm cả một nguồn đặt mua DCA. Thật không may, vì một chuyến thăm của FDA đến gặp Jim Tassano, người đứng đằng sau trang web trên, vào tháng 7 năm 2007, họ *không được giao hàng cho các đơn đặt hàng từ Mỹ*. Họ có thể giao hàng đến các nước khác.

Bạn sẽ tìm thấy rất nhiều chứng thực từ các bệnh nhân ung thư tại trang web này. Trong diễn đàn mọi người trò chuyện về DCA, chúng tôi thấy một bình luận thú vị:

"Nếu nhìn vào chế độ ăn của dầu hạt lanh và phô-mát chất béo thấp của bác sĩ Budwig (những năm 1950), bạn sẽ thấy rằng sự bình thường hóa ty thể/màng tế bào tiềm năng là lý thuyết hậu thuẫn... Những điểm tương đồng giữa quá trình quy cho DCA và quy cho dầu hạt lanh/pho-mát chất béo thấp trong tái lập tiềm năng đúng là rất thú vị".

Có thể bằng cách ăn hỗn hợp FO/CC hàng ngày (xem Chương 5 ở trên), bạn sẽ *hoàn thành cùng một việc như bạn dùng DCA*. Nó chắc chắn giống như từ hiệu ứng "Phượng Hoàng cất cánh từ đống tro tàn" chúng tôi đã nghe thấy từ *hàng trăm bệnh nhân với ung thư "giai đoạn cuối"* đang dùng FO/CC.

Vì DCA không sẵn có ở Mỹ (nhờ sự mẫn cán của FDA của chúng ta), nếu chúng tôi là bạn, chúng tôi sẽ nỗ lực gấp đôi để biến FO/CC trở thành một phần của chế độ ăn hàng ngày. Tuy nhiên, hãy cứ đọc về DCA. Đó là trường hợp kinh điển của một chất đơn giản, vô hại có hứa hẹn to lớn để chữa bệnh ung thư nhưng bị đàn áp ở Mỹ.

Nước nho

Nước nho là cách điều trị mà chúng tôi xem là dạng "tự-điều trị". Dưới đây là tường trình của một "người đáng tin":

"Kinh nzghiệm của tôi trong việc ăn hạt nho là tốt. Khoảng năm năm trước đây, tôi biết đến điều đó qua cuốn sách có tựa đề 'Liệu pháp hút' *(Magnetic Therapy) của Abbot George Burke, 1988, DeVorss & Company, P.O.Box 550, Marina Del Rey, CA90294.*

Trong đó tác giả mô tả nho chữa bệnh theo gợi ý của Fred Wortman ở Albany, Georgia do Joseph F. Goodsavage nói và được in trong cuốn Magnetic Therapy.

Ông Wortman nói, 'Các bác sĩ' từ chối mổ khi họ biết số dư tài khoản ngân hàng của tôi'. Là người đọc rộng, ông nhớ ra một cách chữa trị ung thư đơn giản trong một cuốn sách Bà Brandt *(Mrs. Brandt) và đi tìm nó. Theo dõi nó khá rắc rối và nặng nề, nên ông giản lược chỉ xem phần cốt lõi, tiến hành chữa trị và đã thoát khỏi ung thư hoàn toàn trong vòng một tháng.*

Wortman sau đó đã cho công bố những kinh nghiệm của ông lên tờ 'Độc lập' *và nhận được hàng trăm phản hồi. Hơn 200 bệnh nhân ung thư đã báo cáo được phục hồi hoàn toàn. Ông báo cáo liệu pháp nho đã chữa khỏi ung thư phổi trong hai tuần. Ung thư tiền liệt tuyến mất thời gian lâu hơn một chút – khoảng một tháng. Chỉ có bốn trường hợp ung thư máu được điều trị, nhưng việc sáng suốt sử dụng nước nho đã cứu tất cả họ.*

Tự điều trị

Tiến hành điều trị như thế này: Bắt đầu bằng 24 ao-xơ [680gram] nước nho (nho Concord – loại nho đen ở Bắc Mỹ) làm đồ uống đầu tiên vào buổi sáng. Nhịn ăn đến trưa. Uống một vài ngụm trong mỗi 10 hay 15 phút (không uống hết một lần). Sau 12 giờ trưa, sinh hoạt bình thường trong thời gian còn lại trong ngày, nhưng không ăn gì sau 8 giờ tối… Có vẻ thức ăn chiếm lấy các tác nhân chữa bệnh trong nước nho, có thể là Ma-giê, nên bám vào lúc nhịn giữa 8 giờ tối đến trưa hôm sau.

Duy trì hàng ngày như vậy khoảng hai tuần đến một tháng… Điều trị với nước nho đen Concord được báo cáo gần 100% hiệu quả.

Sau đó Wortman đã thu thập thông tin của 400 trường hợp điều trị thành công theo cách này.

Khi dùng cho sức khỏe nói chung vài lần, tôi thấy tuyệt vời, giảm vài cân (khoảng 2,2kg – 3,6kg một tháng) và rất dễ thực hiện. Tôi vui mừng vì đã tìm được 'chế độ ăn' này vì tôi nhớ người Italy cổ thường nói 'Nếu muốn khỏe, thì thỉnh thoảng phải ăn thật nhiều nho [chỉ nho thôi] trong khoảng thời gian hai tuần'. Hừm… hình như ngày xưa người ta biết rất nhiều?...

Rủi ro của chế độ ăn này có thể là nước nho Concord (hoặc bất cứ nước nho đen nào) bị ô nhiễm thuốc trừ sâu, hoóc-môn (GMO) và/ hoặc đất nhiễm flo trong nước và nho đã hấp thụ. Để giảm thiểu rủi ro đó, hoặc mua nước nho hữu cơ, nước nho Kosher hoặc phải biết rõ chỗ ruộng trồng nho và tự làm lấy nước nho.(Lưu ý nước nho làm từ si-rô nho cô đặc hiện nay trong siêu thị bị dư thừa đường*).*

Tìm kiếm nước nho tốt hơi rắc rối nhưng lại hiệu quả hơn để tự điều trị và dĩ nhiên là đáng để cố gắng. Chúc may mắn".

Cảnh báo!

Dường như trên đây chỉ ra rằng sản phẩm phổ biến này đáng để dùng thử. Rốt cuộc thì đó là thức ăn. Cảnh báo chúng

tôi muốn nói tới là kết quả theo email Bill nhận được vài tuần sau khi công bố lần đầu tiên ở một trong các bản tin của ông.

"Xin chào,

Tôi là Bob Rabel. Vợ tôi đang chống chọi với ung thư buồng trứng đã ba năm nay. Chúng tôi đã thử dùng rất nhiều thực phẩm bổ sung và thay đổi chế độ ăn nhưng một số thành công, một số không. Tôi đánh giá rất cao các bản tin của ông. Tuy nhiên, có thể ông cũng muốn chia sẻ với độc giả của ông những gì vợ tôi đang trải qua. Cô ấy đã dùng liệu pháp điều trị nước nho trong bản tin của ông. Cô ấy dùng 100% nước nho Concord thuần túy hữu cơ như chỉ dẫn điều trị. Nhiều người biết tế bào ung thư tăng trưởng ba – năm lần nhanh hơn khi mức gluco cao. Chúng tôi hơi e ngại về hàm lượng đường fructo trong nước nho. Hóa ra chúng tôi đã đúng. Marker khối u của cô ấy nhảy lên gần như 100%. Trong ba năm rưỡi chưa bao giờ lên quá 25%. Chú ý, chỉ trong một tháng. Một cảnh báo có lẽ phải đưa ra cho liệu pháp này bởi vì, theo tôi, nước nho là kẻ có tội.

Chân thành,

Bob Rabel"

Cám ơn Bob. Chúng tôi chỉ có thể hi vọng tình trạng của vợ anh là tạm thời. Vì *hiệu ứng bất lợi của đường với ung thư,* chúng tôi đề nghị, nếu anh muốn, hãy thử điều trị với hạt nho, đặt hàng "Grape Seed Extract" 50 mg, 60 viên nang giá 7,47 đô-la, trang web: www.ourhealthcoop.com

Ung thư là nấm sùi – bác sĩ Tullio Simoncini

Nhiều người trong số bạn đã nghe nói về bác sĩ ung thư người Ý, bác sĩ Tullio Simoncini và lý thuyết của ông rằng ung thư chỉ là một loại nấm – cụ thể là nấm candida. Đây là một đoạn trích từ một bài viết trên bản tin "Thoát khỏi ung thư" của Bill vào ngày 2 tháng 8 năm 2007 về chủ đề này:

"Đây có thể là một trong những bài báo quan trọng nhất thông tin về ung thư tôi đã chia sẻ với bạn trong bảy năm viết bản tin này.

Bây giờ bạn chú ý chưa?

OK. Cuối cùng thì, tuần trước, tôi được biết rằng công trình của bác sĩ Tullio Simoncini, bác sĩ ung thư người Ý, đã được dịch sang tiếng Anh. Bạn có thể đã nghe nói về ông. Ông được đăng tin trong thời gian gần đây. Ông đã chữa lành cho bệnh nhân ung thư bằng sử dụng natri bicarbonate (soda bicarbonate) trong một số năm. Bạn có thể tìm hiểu về công việc của ông và mua sách của ông, Ung thư là nấm *bản in tại: http://www.curenaturalicancro.com*

Hãy mua đi, ngay bây giờ. Những gì ông nói là các vi khuẩn xâm nhập vào trong tế bào và làm cho nó trở thành một tế bào lên men (ung thư) không khác gì nhiều so với nấm candida. Và xử lý nó chẳng đòi hỏi gì hơn là dùng bicarbonate soda bên cạnh khu vực có các tế bào ung thư và các tế bào chết. Điều đó có thể hơi quá đơn giản, nhưng không quá đâu.

Có một số video thú vị tại trang web và rất nhiều các thông tin khác. Ví dụ, dưới đây là danh sách các bệnh ung thư mà ông nói rằng ông đã điều trị thành công với bicarbonate natri:

Ung thư vòm họng
Ung thư dạ dày
Ung thư gan
Hạch ung thư phúc mạc
Ung thư ruột
Ung thư lá lách
Khối u của tuyến tụy
Khối u bàng quang
Khối u tiền liệt tuyến
Khối u màng phổi
Khối u các chi
Ung thư não

Ung thư phổi
Ung thư vú
Ung thư da

Danh sách ấn tượng chứ? Thông tin của ông về các quy trình được các bác sĩ thực sự toàn diện nhận ra. Tôi chỉ có đủ chỗ để trích dẫn hai. Dưới đây là một đoạn trích từ một e-mail của bác sĩ Dana Flavin. Bác sĩ Flavin là bác sĩ ung thư ở Connecticut:

"Bác sĩ Simoncini đang đẩy lui ung thư với dung dịch 5% bicarbonate soda trong động mạch ở khối u. Sáu ngày làm, sáu ngày nghỉ. Sau bốn phiên các khối u đã biến mất. Vú, tuyến tụy, ruột kết, não, phổi, v.v... Ông cũng điều trị ung thư biểu mô phúc mạc bằng các liệu pháp điều trị nội phúc mạc. Ông để bệnh nhân xoay ¼ vòng mỗi 15 phút trong một giờ để bao phủ hết toàn bộ khu vực. Ông nói làm thế để rũ bỏ nấm. Tôi nghĩ rằng được bổ sung ô-xy trở lại bằng cách hút hydro ra và thêm vào CO_2, cũng như tạo ra môi trường không thuận lợi cho nấm. Khối u ghét ô-xy và nấm cũng vậy... họ nói rằng nó làm việc tốt hơn với cisplatin (thuốc điều trị ung thư đặc biệt là ung thư buồng trứng và tinh hoàn) và đoán xem điều gì xảy ra? Cisplatin là độc đối với nấm. Đó có phải là điều gần như mỉa mai nhất bạn từng nghe không? Đôi khi tôi chỉ mỉm cười và nghĩ sao Chúa làm mọi thứ giản dị thế và sao chúng ta diễn giải phức tạp thế".

Bác sĩ Flavin gợi ý một trang web khác:

http://www.cancerfungus.com

Ở đó bạn sẽ tìm thấy một số video, kể cả video các bài giảng của bác sĩ Simoncini về chủ đề và một số lời chứng thực của bệnh nhân.

Bình luận của chúng tôi

Như mọi người khác, kể cả một số bác sĩ khác mà chúng tôi đã nghe, chúng tôi rất ấn tượng với những phát hiện của bác sĩ

Simoncini. Chúng tôi có *ba e ngại* về việc tìm một người chữa lành cho bạn sử dụng quy trình bicarbonate soda:

Thứ nhất, không dễ tìm được một bác sĩ *được đào tạo phù hợp*. Như bạn sẽ thấy trong các video trên, điều trị khối u nội trong phổi, v.v... đòi hỏi phải đưa một ống thông vào động mạch và dẫn nó đến vị trí của khối u với sự giúp đỡ của bác sĩ quang tuyến. Không đơn giản và *chắc chắn rất tốn kém*.

Thứ hai, việc điều trị tập trung vào *giết chết các tế bào ung thư*. Như bạn có thể nhận thấy, chúng tôi nhấn mạnh việc sửa đổi lối sống của bạn để làm cho cơ thể bạn chống lại tế bào ung thư. Mọi điều trị tập trung vào giết chết các tế bào ung thư có xu hướng *lấy đi trọng tâm của quá trình đó*. Bạn chữa lành ung thư bằng cách thay đổi lối sống một cách triệt để và lâu dài chứ không tập trung toàn bộ vào khối u, vì đó chỉ là một triệu chứng.

Cuối cùng, có *rất nhiều lý thuyết khác về nấm và ung thư*. Ví dụ, bác sĩ Hamer (Y học Đức mới) nói nấm là một phần của quá trình chữa bệnh tự nhiên của cơ thể. Chúng làm công việc quét sạch các tế bào ung thư khi có tín hiệu yêu cầu từ não. Lý thuyết của ông được hỗ trợ bởi hàng ngàn quét CT não sẽ giải thích lý do tại sao tất cả các khám nghiệm tử thi của bệnh nhân ung thư cho thấy có nấm ở trong và xung quanh các khối u ung thư.

Nhớ rằng nấm phát triển mạnh trong một loạt môi trường khắc nghiệt bao gồm cả môi trường có tính a-xít.

Cesium Chloride

Mục tin Bill vừa đọc gần đây làm ông nhớ lại thời gian khó khăn ông cố tìm bác sĩ để hạn chế đau nhức cho người vợ quá cố của ông. Cuối cùng ông phát hiện ra một phòng khám đau

nhức ở Trung tâm Khoa học Sức khỏe Trường Đại học Texas (University of Texas Health Science Center). Một bác sĩ tuyệt vời ở đó đã sử dụng MS – Contin, một dạng mooc-phin giải phóng chậm. Đó là năm 1994.

Nhưng hiện nay có giải pháp tốt hơn nhiều – chất tự nhiên, không cần đơn tên là clo-rua xê-di *(cesium chloride)* để hạn chế đau dữ dội do ung thư.

Dưới đây là trích đoạn làm chúng tôi chú ý:

Bắt đầu trang 313 trong cuốn *Khỏi đau trong sáu tuần* (Painfree in Six Weeks) của bác sĩ Sherry Rogers:

Đau ung thư giai đoạn cuối

Không có đau nào kinh hoàng hơn đau ung thư giai đoạn cuối. Và bạn sẽ phải ngạc nhiên, tôi khám phá ra các nhà nghiên cứu đã chỉ rõ trong một số trường hợp có thể chấm dứt đau trong chưa đến một ngày, thực tế là chỉ trong vài giờ với chất khoáng đơn giản mua không cần đơn. Bất chấp các trường hợp kháng mooc-phin và xử lý thuốc gây mê tiêu chuẩn khác. Và thậm chí còn thú vị hơn, khi kiên trì dùng khoáng chất phổ thông này như một phần của chương trình điều trị thì khối u giai đoạn cuối của di căn hoặc không phẫu thuật thậm chí còn co lại và biến mất hoàn toàn.

Cesium là khoáng chất không độc, trong rất nhiều trường hợp, một số người hết đau ung thư trong vòng 12 – 24 tiếng. Khi kết hợp với những khoáng chất khác và vitamin, đều không đơn, đối với một số trường hợp thì khối u biến mất hoàn toàn trong vòng ba tháng đến hai năm (xin nhắc lại, việc này phụ thuộc vào khả năng hấp thụ của mỗi người và hóa sinh cá nhân).

Tại sao chúng ta không nghe về điều đó? Cùng một nguyên nhân là truyền thông không đề cao những câu chuyện dân gian về những người ung thư giai đoạn cuối đã tự chữa khỏi ung thư và di căn nhờ chế độ ăn và những phương pháp không đơn thuốc khác. Không có

chuyện tiền bạc ở đó và quan trọng hơn, không thần thánh hóa và trao quyền cho những người muốn toàn quyền kiểm soát sự đau đớn và sức khỏe của bạn.

Những tế bào bình thường biến thành tế bào ung thư qua sự phối hợp của (1) môi trường hóa chất tạo ra gốc tự do và (2) thiếu dinh dưỡng bởi chế độ ăn nghèo nàn. Thậm chí các nghiên cứu của chính phủ cho thấy 95% ung thư sinh ra do chế độ ăn và môi trường. Gốc tự do phá hoại gen, màng và cơ chế quy định khác. Lấy màng tế bào bị hư hại làm ví dụ, ô-xy không còn dễ dàng thâm nhập tế bào ung thư được nữa, nhưng gluco hoặc đường lại có thể. Thực tế, đường giống như phân bón cho tế bào ung thư.

Để hiểu tốt hơn xê-di làm việc như thế nào, hãy quan sát qua bên trong một tế bào ung thư và xem còn gì nữa làm nó khác với tế bào bình thường. Những tế bào khỏe mạnh bình thường sống, thở và tạo năng lượng qua một quá trình gọi là chuyển hóa aerobic (ưa khí với ô-xy). Chúng dựa vào ô-xy. Tế bào ung thư không dựa nhiều vào quá trình này, xoay chuyển hóa tính của nó sang quá trình lên men sử dụng ít ô-xy hơn nhiều, nhưng lại dùng rất nhiều đường (hiếm khí – anaerobic). Bây giờ thì bạn thấy tại sao mang hộp kẹo cho bệnh nhân ung thư giống như đổ thêm dầu vào lửa. Đường và rượu là phân bón của ung thư".

Clo-rua xê-di (dạng phù hợp cho người) có ở trang:

http://www.TheWolfeClinic.com/cesium.html

Có thuốc viên đủ loại – 10 mg, 50 mg, 100 mg, 500 mg và 1.000 mg. Một lọ 100 viên 500 mg, giá 75 đô-la. Một lọ 100 viên 10 mg giá 29,95 đô-la. Bác sĩ Wolfe sẵn sàng tư vấn liều dùng qua điện thoại. Đau đớn hiển nhiên sẽ thuyên giảm, kể cả ung thư giai đoạn cuối.

Họ không thể gửi thuốc đến địa chỉ ở Canada mà chỉ có thể gửi trong nước Mỹ. Gửi thuốc đi các nước ngoài Mỹ phụ thuộc vào luật Hải quan nước đó.

Đặt hàng tối thiểu ba lọ một lần. Có thể là các loại khác nhau. Họ chuyển hàng trong bốn đến sáu ngày làm việc hoặc qua đêm, nếu bạn yêu cầu. Phòng khám đặt tại British Columbia, theo múi giờ Tây Bắc Mĩ. Bạn có thể liên hệ với họ số (800) 592 – 9653 hoặc (250) 765 – 1824.

Cảnh báo!

Một bạn đọc có kinh nghiệm với chất này cảnh báo bạn phải uống thuốc này *khi ăn.* Bà nói, nếu không có thể sẽ bị *chảy máu và đau rát dạ dày.* Bạn cũng phải dùng với *ka-li* (potassium) và *những thực phẩm bổ sung khác* để tránh tim đập nhanh.

Một bạn đọc khác có một số kinh nghiệm với chất này cảnh báo đừng *thử tự điều trị.*

Lưu ý quan trọng: xê-di gây ra sự giảm nồng độ ka-li trong máu. Điều bắt buộc là ka-li trong máu của bạn phải được kiểm tra. Sản phẩm này tốt và hữu ích, tuy nhiên, nó phải được lưu tâm vì nó có thể *đưa tới tình trạng tim* được gọi là hội chứng Q-T kéo dài, đòi hỏi sự can thiệp của y tế.

Căn cứ vào điều trên, chúng tôi đề nghị bạn chỉ dùng clo-rua xê-di *dưới sự giám sát y tế chuyên nghiệp.*

Poly-MVA

Nhiều bạn đọc đã báo cho Bill về chất Poly-MVA. Nó được xem như chất có giá trị cả trong *phòng ngừa và tự-điều trị.*

Poly-MVA (MVA = mineral – khoáng, vitamin và amino acid – a-xít amin) là chất chống ô-xy hóa không độc bao gồm an-pha a-xít li-pô-íc, thành phần pa-la-đi. Poly-MVA được phát triển ở Mỹ bởi bác sĩ Garnett – người phát hiện ra Mã di truyền II *(Second Gienetic Code)* và đã được chứng minh là hiệu quả đối với nhiều bệnh suy thoái, kể cả ung thư.

Qua internet, những nghiên cứu của chúng tôi đã khiến cho Bệnh viện ung thư Poly-MVA và u bướu não (Advanced Brain Tumor and Cancer Poly-MVA Hospital) ở Tijuana, Mexico trở thành một trong những trung tâm điều trị đầu tiên dùng liệu pháp này. Khởi đầu 23 năm trước đây với điều trị u não, hiện nay họ xác định liệu pháp này là hiệu quả cho *hầu như tất cả các loại ung thư.*

Để xem các giấy chứng nhận và đặt hàng trực tuyến, hãy vào các trang web: www.polymva.net;

www.polymvasurvivors.com

Bí ẩn

Một trong những người sống sót hiện là bạn của Bill. Bà ấy thu xếp cho ông nói chuyện với nhóm Bữa trưa của nữ doanh nhân ở Austin, Texas.

Vậy, cái gì là bí ẩn? Tại sao không đủ điều kiện là một phương pháp tự điều trị tốt? Đó là chữ – *đắt!!* Một lọ tám oz (~227gram) giá *330 đô-la.* Một tháng dùng phải *bốn* lọ như thế. Theo chúng tôi, nhiều lựa chọn đơn giản hơn và rẻ hơn cũng hiệu quả như thế.

NHỮNG PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ UNG THƯ KHÁC

Trong phần này, chúng tôi sẽ tóm tắt tất cả những phương pháp điều trị ung thư "thay thế" khác mà chúng tôi đã tìm được trong nhiều năm nghiên cứu. Trong quá trình tìm hiểu, bạn hãy tự hỏi câu hỏi hiển nhiên: "Tại sao chỉ ít một trong các phương pháp này cũng không thôi thúc nổi *cộng đồng nghiên cứu ung thư chính thức* nghiên cứu tiếp?"

Cộng hưởng điện RIFE / BARE

Chữa ung thư và cộng hưởng tần số điện gặp nhau lần đầu tiên vào những năm 1930. *Bác sĩ Royal Rife* đã dựng lên thiết bị này. Năm 1934 *các nhà vật lý* của trường Đại học Southern California được cho là đã triển khai *thử nghiệm lâm sàng*. Ngày ấy máy được nhiều bác sĩ sử dụng, nhiều người đang hành nghề có thành công lớn với máy này. Thành công của Rife rất rõ rệt, hội đồng y tế đưa ra cho Rife 16 bệnh nhân ung thư ở Scripps Ranch, California. Kết quả? Trong vòng 60 ngày, 14 trên 16 người được tuyên bố đã được *chữa khỏi* ung thư. Hai người còn lại được tuyên bố *chữa khỏi* trong vòng 60 ngày kế tiếp. Ngay sau đó, Rife và những người hành nghề có máy phát tần số Rife bị bức hại, hoặc bị thu hồi giấy phép y tế.

Thiết bị của Rife dùng cộng hưởng tần số vô tuyến có khả năng *tiêu diệt hoặc làm hao mòn sinh lực* những tế bào đặc trưng vi sinh vật. Nó được cho là có khả năng loại bỏ *bệnh đục thủy tinh thể* mắt bệnh nhân.

Từ nhiều nguồn, chúng tôi được biết máy hiệu quả nhất trên thị trường hiện nay sử dụng công nghệ Rife là GB – 4000.

Nó có lựa chọn "nâng cấp" gọi là M.O.P.A. Bác sĩ Garcia có máy đó cho bệnh nhân của ông tại Utopia Wellness.

Để biết thêm thông tin về máy này và một mức giá giảm giá, chúng tôi khuyên bạn liên hệ với Ron Strauss ở California tại số (707) 928 – 4170 (giờ Thái Bình Dương).

"Điều trị mọi ung thư" (?)

Tiến sĩ Hulda Regehr Clark là một *người đặc biệt*. Chúng tôi tin bạn sẽ thấy cuốn *Điều trị tất cả ung thư* (The Cure For All Cancers) của bà thú vị như đối với chúng tôi. Xuất bản năm 1993, cuốn sách dẫn chứng không chỉ 100 trường hợp ung thư bà đã đích thân điều trị mà còn những hướng dẫn thiết lập một *thiết bị điện tử* để sao chép những xét nghiệm của bà.

Giả thuyết của bác sĩ Clark là các ký sinh và sán trong ruột gây nên tất cả ung thư. Luận án tiến sĩ của bà là về Lý-sinh *(biophysics)* và Sinh lý *(physiology)*. Sau 11 năm làm việc với chính phủ Canada về các dự án nghiên cứu, bà bắt đầu công việc tư vấn cá nhân năm 1979. Năm 1990, bà đưa lý thuyết của bà vào *nguyên nhân ung thư và chữa trị.*

Bác sĩ Clark quả quyết ký sinh đến từ mọi thứ *độc hại* trong thực phẩm của chúng ta, nước, mỹ phẩm và thậm chí *đầy trong miệng của chúng ta.* Ăn uống bằng dụng cụ nhựa, xốp là "cấm kị". Thực tế, bà kê ra vô số dụng cụ hàng ngày chứa dấu vết của 33 *"hóa chất trái tự nhiên"* gây hại cho cơ thể (thạch tín, ba-ri, cô-ban, chì, thiếc và nhiều nữa).

Bà đề nghị *những hạn chế* rất nghiêm khắc cho cuộc sống của bạn nhằm tránh những *"nguyên nhân gây ung thư"*, mà phần lớn chúng ta đơn giản là chịu thua, cũng như chúng tôi. Ví dụ, bạn phải dừng hút thuốc (ý tưởng tốt!); thay ống nước *đồng* bằng ống *nhựa*; vứt bỏ tất cả *hóa chất* trong nhà; tìm bạn cho *thú nuôi*;

tống khứ mọi nguồn *amiăng* (máy sấy tóc và sấy quần áo); kiểm tra *ra-đông (phân giải của radi)* trong nhà bạn; loại bỏ tất cả có thể có (nếu phòng ngủ có ốp thì vứt bỏ đi và khóa cửa); vứt bỏ tất cả *thạch tín* có thể có (keo dán giấy tường, thuốc diệt gián; hóa chất vải ba-tít, v.v…); kiểm tra sợi thủy tinh trong nhà; và kiểm tra *rò rỉ ga* nấu và ga đun nước lò sưởi.

Bà không chấp nhận. Bạn còn phải loại bỏ tất cả *kim loại* khỏi miệng và nhổ bỏ răng bị nhiễm khuẩn và xử lý *"những chỗ trống"* trong hàm bằng *phẫu thuật miệng*. Chúng tôi đồng ý với bà rằng *chất độc* thoát ra từ răng không được (chính giới) thừa nhận là nguyên nhân của nhiều bệnh.

Lý thuyết của bác sĩ Clark về nguyên nhân gây ung thư không "gốc rễ". Bà nói đến *"những đột biến" tế bào*, giống bác sĩ Roizen đã nói [trong Chương 2]. Luận điểm của bà là bà đã phát hiện ra NGUYÊN NHÂN của đột biến. Đó là *"sán trong ruột"* di trú chủ yếu nhờ sự hiện diện trong cơ thể rượu đồng phân *(isopropyl alcohol)*.

Bác sĩ Clark *đã thêm nhiều* vào sự hiểu biết về *nguyên nhân và điều trị* ung thư. Không có nghiên cứu nào về phương pháp điều trị thay thế/bổ sung được trọn vẹn nếu không tham vấn công trình của bà. Giống như những người tiên phong khác, bà cũng bị "hệ thống" y tế *"ngược đãi"*. Năm 1999 FBI *bắt bà* ở San Diego và dẫn độ bà đến Indiana, ở đó bà đã thử "hành nghề y không giấy phép". Sau khi bà phải *ở tù nhiều tháng*, mọi *chi phí đã không được thừa nhận* tại phiên xét xử tháng 4 năm 2000.

Bác sĩ Clark sau đó vận hành một trong nhiều phòng khám ung thư ở Tijuana, Mexico cho đến khi bà qua đời năm 2009. Bạn có thể xem đầy đủ chuyện về bác sĩ Clark kể cả sơ bộ công việc trong tù của bà hồi năm 1999 tại:

http://www.drclark.ch

Trang web này còn có *hơn 100 giấy chứng nhận chi tiết* của các bệnh nhân ung thư được chữa khỏi nhờ sử dụng phương pháp của bà.

Tóm lại, có những phương pháp thoát khỏi ung thư rẻ hơn, tốt hơn và dễ hơn là những đề nghị của bác sĩ Clark.

"Theo cách của riêng chúng ta"

Năm 2000 Bill xem chương trình TV dài sáu tiếng của Bill Moyer mang tên *Theo cách của riêng chúng ta* (On Our Own Terms) chủ đề *chết và đang chết*.

Cuộc phỏng vấn với những người đang chết, người chăm sóc họ và các bác sĩ là *hết sức xúc động*. Nó đưa Bill trở lại với *những ký ức* về trải nghiệm của ông với người vợ quá cố – Marjorie. Nó cũng khiến ông vô cùng *thất vọng* khi xem *cái chết và sự chịu đựng vô ích* đang diễn ra hàng ngày vì phớt lờ những gì bạn đang đọc ở đây.

Thời điểm khác nữa khiến Bill xúc động vào năm 2006 là khi xem *phim "Wit" của Emma Thompson*. Nếu bị ung thư, bạn cần xem phim này.

Không có liệu pháp thay thế nào chúng ta đang đề cập ở đây thực sự *rút ngắn cuộc sống của bạn* như các liệu pháp hóa trị và xạ trị. Chúng không *tiêu diệt hệ miễn dịch* như các liệu pháp hóa trị và xạ trị. Chúng *không-độc và không-can thiệp*. Thậm chí cả khi không chữa lành được cho bệnh nhân, chúng cũng không giết họ.

Bác sĩ Alan Levin Trường Y Tổng hợp California nhận xét: *"Phần lớn bệnh nhân ung thư trên đất nước này chết do hóa trị. Liệu pháp hóa trị không loại bỏ được ung thư vú, ruột và phổi. Thực tế này đã được minh chứng qua hơn một thập niên… Phụ nữ ung thư vú chạy hóa trị gần như tử vong nhanh hơn không chạy hóa trị."*

Như bạn đã đọc các liệu pháp chữa trị khác nhau trong sách này, hãy nhớ rằng chúng được nói đến ở đây vì đã chữa khỏi cho ít nhất một vài bệnh nhân ung thư. Không giống y học chính thống, chúng tôi không định nghĩa "chữa khỏi" là *sống thêm năm năm.* Chúng tôi định nghĩa "chữa khỏi" là khả năng trở lại với cuộc sống bình thường và duy trì nó vô hạn định bằng một triển vọng sống thông thường.

Liệu pháp antineoplaston

Dưới đây là một *ví dụ kinh điển* về việc hệ thống học của chúng ta phản ứng ra sao đối với một khám phá có thể làm thay đổi tận gốc niềm tin hiện hữu. Phản ứng tiêu cực đồng hành với *trừng phạt công khai* những người tiên phong trong y học đã kéo dài nhiều năm tháng.

Bác sĩ Stanislaw Burzynski sinh ở Ba lan – là bác sĩ hóa sinh ở Houston, Texas nói: *"Cơ thể có khả năng tự xử lý ung thư"*. Ông đã khám phá một nhóm các *peptides* (chuỗi ngắn các a-xít amin) và các dẫn xuất a-xít amin xuất hiện tự nhiên xuyên suốt cơ thể chúng ta *ngăn cản sự phát triển của tế bào ung thư.*

Theo ông, những chất đó là một phần của hệ phòng thủ hóa sinh *khác hoàn toàn* với hệ miễn dịch của chúng ta. Không như hệ miễn dịch bảo vệ chúng ta khỏi sự phá hoại của những tác nhân xâm nhập hoặc tế bào khiếm khuyết, hệ phòng thủ hóa sinh *lập trình lại* hoặc chỉnh sửa các tế bào khiếm khuyết. Nó mang thông tin "tốt" đến tế bào bất thường, chỉ dẫn chúng phát triển bình thường. Điều này có làm bạn nhớ lại tế bào "hiệu chỉnh" chúng ta đã trao đổi ở trên không? Cơ thể chúng ta là sự sáng tạo *cực kỳ phức tạp.*

Bác sĩ Burzynski gọi những peptides đó là *chống khối u* (anti-neoplastons) vì khả năng ngăn cản phát triển tế bào khối

u hay ung thư. Ông khám phá các bệnh nhân ung thư *thiếu trầm trọng* những hợp chất đó trong cơ thể. Mẫu máu của bệnh nhân ung thư nặng lộ ra chỉ có 2 đến 3% tổng lượng thấy trong những cá thể khỏe mạnh điển hình. Nhờ cách đơn giản là đưa lại các peptides vào máu của bệnh nhân, bằng uống thuốc hoặc truyền tĩnh mạch, ông khiến cho khối u *co lại hoặc biến mất hoàn toàn.* Trong nhiều trường hợp, chỉ vài tuần sau khi bắt đầu điều trị, khối u đã nhỏ lại hoặc mất hẳn.

Kể từ khi Viện nghiên cứu Burzynski (BRI) thành lập năm 1997, bác sĩ Burzynski đã điều trị khoảng 4.000 bệnh nhân ung thư hầu hết trong giai đoạn cấp. Đánh giá của các chuyên gia qua tài liệu ông đã công bố (*khoảng 150 bài báo khoa học*) thì công việc điều trị của ông ít nhất là trên một số bệnh nhân. Thực tế, ông điều trị *20 bệnh nhân* bằng liệu pháp chống ung thư antineoplaston ở *16 nước.* Bác sĩ Burzynski nói liệu pháp chống ung thư antineoplaston không phải là có hiệu quả cho tất cả các loại ung thư hay tất cả các bệnh nhân ung thư.

Khám phá Burzynski được nước ngoài hào hứng theo đuổi. Các nghiên cứu lâm sàng đang được tiến hành ở *Nhật, Ba Lan, Anh, Italy và Trung Quốc.* Tháng 9 năm 1990 Viện nghiên cứu Burzynski đã gửi thư ngỏ cho công ty dược lớn của Liên Xô là Ferment để tiến hành *các xét nghiệm lâm sàng* với liệu pháp chống ung thư antineoplaston trên bệnh nhân ung thư ở *Nga.*

Còn tại Mỹ "chính giới" ung thư tiếp nhận công trình của ông ra sao? Vâng, chắc bạn đã đoán ra. Công việc của ông bị giải tán như *thủ đoạn lang băm* bởi các cơ quan chính phủ phối hợp chặt chẽ với nhau như Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm (FDA) và Viện Ung thư Quốc gia (NCI). Khi các bác sĩ ung thư được bệnh nhân hỏi về bác sĩ Burzynsski đều trả lời rằng ông ấy *không công bố gì cả.*

Tháng 3 năm 1983 FDA *đã khởi kiện* bác sĩ Burzynski nhằm gạt ông ra khỏi công việc. Họ đã buộc Burzynski và Viện của ông chấm dứt mọi nghiên cứu, phát triển, sản xuất và sử dụng antineoplaston. Tòa án Liên bang vẫn cho phép bác sĩ tiếp tục nghiên cứu và điều trị *nội trong bang Texas* nhưng không cho ông được vận chuyển thuốc qua ranh giới tiểu bang.

Tháng 7 năm 1985 *các nhân viên FDA* và cảnh sát liên bang được trang bị bằng trát nghiên cứu bất hợp pháp tiến hành lục tìm "những vi phạm" mờ ám *đã khám xét bất ngờ* Viện nghiên cứu Burzynski và đã giữ hơn 200.000 *tài liệu mật* bao gồm cả các ghi chép y học cá nhân. Họ xem qua thư tín cá nhân của bác sĩ Burzynski và thu giữ cặp tài liệu của ông. Các nhân viên liên bang đã khuân được *11* ngăn tài liệu của ông lên xe tải trong sự vi phạm làm tổn thương thể chất và các quyền tự do cơ bản của ông. Bác sĩ Burzynski đã kiện FDA đòi trả lại các ghi chép của ông, nhưng toàn bộ tài liệu vẫn trong tay FDA cho đến hôm nay.

Năm 1988 Hội đồng thẩm tra Y tế Bang Texas đã cố thu hồi giấy phép y tế của Burzynski vì những khoản thù lao chuyên môn vụn vặt *chẳng liên quan* gì với chất lượng chăm sóc ông đã cung cấp. Hàng trăm thư ủng hộ của các bệnh nhân của Burzynski, gia đình họ và bè bạn đã được gửi đến hội đồng. Lá thư dưới đây của em thiếu niên vùng Trung Tây là một điển hình:

"Cháu 13 tuổi và có một em trai 7 tuổi. Chúng cháu rất yêu bố. Nhờ phép điều trị của bác sĩ Burzynski khối u của bố cháu đã ngừng phát triển. Tất cả các bác sĩ ở tiểu bang Missouri của cháu đều nói là bệnh của bố cháu đã hết phương cứu chữa. Bác sĩ Burzynski đã cho ông một cơ hội sống lại. Xin đừng lấy đi điều đó của chúng cháu."

Còn nhiều nữa cho câu chuyện này. Nếu bạn muốn biết *đầy đủ câu chuyện* và một số nghiên cứu, hãy xem phim tài liệu qua máy tính của bạn hoặc mua DVD mang tên The Burzynski Movie tại:

http://www.BurzynskiMovie.com.

Thông tin liên hệ đến phòng khám Houston của bác sĩ Burzynski có trong Phụ lục A.

Một trải nghiệm cá nhân

Thông tin Bill có về Burzynski không phải chính gốc, mà là qua người người bạn thân của Bill gọi là "Paula" (không phải tên thật của cô) đã bị cắt bỏ tử cung vào ngày 17 tháng 9 năm 2001. Bệnh án chỉ rõ các tế bào ung thư u xơ tử cung trong bờ của tử cung. Vài ngày sau khi mổ, cô bắt đầu dùng magesterol – một lượng hoóc-môn.

Phục hồi tốt, cô bắt đầu dùng vài sản phẩm CAM – MGN-3, beta glucan, sụn cá mập và vi khuẩn háo a-xít. Cô cảm thấy ổn.

Paula và chồng cô đọc rất nhiều tài liệu về ung thư, kể cả cuốn sách đầu tiên của Bill là *Chữa trị Ung thư của bạn* (Cure Your Cancer). Họ quyết định đến Phòng khám Burzynski ở Houston, Texas (bất chấp cảnh báo của Bill). Sau khi gửi hồ sơ của Paula được một vài tuần, họ đến phòng khám cuối tháng 10 năm 2001. Trải nghiệm của họ là *chẳng chút gì tích cực*.

Sau khi chờ một tiếng quá giờ hẹn, họ được một trong các bác sĩ tiếp. Paula nói với ông ta rằng chắc cô sẽ không phải chờ đợi cả tiếng nếu cô là *Jane Seymour hay một trong những người nổi tiếng khác* mà ảnh của họ treo đầy trên các bức tường bắt mắt của tòa nhà phòng khám.

Cuộc nói chuyện của họ với bác sĩ chứng tỏ ông ta không hề xem qua hồ sơ của Paula. Việc này, hiển nhiên là khiến họ lo lắng.

Paula đã có cuộc trao đổi với chính bác sĩ Burzynski. Paula đã hỏi ông xem ông có các thống kê về điều trị thành công với u nang buồng trứng như cô không. Ông nói họ *không có đủ* cơ sở để tính toán tỉ lệ thành công. Cô cũng hỏi ông tên một vài bác

sĩ CAM – thiện cảm ở San Antonio. Ông nói sẽ lấy cho cô một vài cái tên.

Về phần Paula, cô được cho lượng lớn thuốc gọi là PBN (na-tri phenylbutyrate). Cô được dặn bắt đầu uống 1 viên sau mỗi hai tiếng, sáu lần một ngày. Tăng dần đến *9 viên mỗi hai tiếng*. Họ nói cứ tiếp tục uống MGN-3, nhưng dừng beta glucan và vi khuẩn háo a-xít lại vì chúng trở ngại cho trị liệu này.

Lúc đạt đến mức *54* viên thuốc mỗi ngày, Paula đã *rất ốm*. Cô rất buồn nôn, không thể tiếp tục duy trì thuốc Burzynski hay thuốc nào khác hay thức ăn. Cô gọi đến phòng khám Burzynski. Bác sĩ bảo dừng PBN lại cho đến khi hết buồn nôn, sau đó bắt đầu lại từ mức thấp nhất.

Khi Paula hỏi tên một số bác sĩ CAM – giỏi mà bác sĩ Burzynski đã hứa, vị bác sĩ nói bác sĩ Burzynski đang ở ngoài thành phố và ông ấy không biết gì về việc đó đâu.

Paula đã qua đời đầu năm 2003. Chồng cô nói cô đã chẳng thể kiểm soát những thèm khát đồ ăn không tốt cho sức khỏe.

Những *thống kê* Burzynski công bố *không thực sự ấn tượng*. Ví dụ họ chỉ ra tháng 7 năm 2001 tỉ lệ *"đáp ứng mục tiêu"* cho cả ung thư ruột và ung thư vú là *57,2%*. Còn lại thì hoặc là "bệnh không thuyên chuyển" hoặc "bệnh nặng lên". Đáp ứng mục tiêu nghĩa là "giảm kích thước khối u đáng kể hoặc giảm một phần hoặc hoàn toàn".

Chi phí lên đến *4.500 đô-la/MỘT THÁNG*. Họ chỉ đảm nhận bệnh nhân ngoại trú. Chi phí xem ra chỉ dành cho *đi khám* (khoảng sáu tuần một lần, như trường hợp của Paula) và *thuốc*, trong khi một số công ty bảo hiểm chỉ thanh toán phí điều trị, còn phí thăm khám thì không.

Một số khách hàng khác của Bill gần đây đã báo cáo rất tiêu cực về điều trị Burzynski. Một khách hàng đã chi hơn 90.000 đô-la vào nó và đã không được chữa bệnh gì cả.

Hiển nhiên chúng tôi không phải là người hâm mộ phương pháp điều trị Burzynski. Chúng tôi có thể xét đến nó chỉ *như giải pháp cuối cùng cho u não.*

Bây giờ thì đây là một phương pháp mới và tiếp cận cực kỳ rẻ so với phương pháp Burzynski: Chỉ cần uống nước tiểu của bạn. Với những người nghĩ rằng chúng tôi đang đùa, chúng tôi không. Nước tiểu là vô trùng. Nước tiểu là nơi tập trung các pep-tít *chống neoplaston.* Nó có thể không làm việc, nhưng nó sẽ không làm tổn thương bạn và chi phí là số không.

Gaston Naessens và hỗn hợp 714-X

Nhà sinh học Pháp sống ở Canada, Gaston Naessens đã phát triển một phương pháp điều trị không-độc cho ung thư và các bệnh suy thoái khác. Đó là 714-X, hợp chất này là dung dịch nước ni-tơ làm giàu với phân tử long não. Long não là chất *tự nhiên* chủ yếu lấy từ cây long não ở Đông Á. Hợp chất long não – ni-tơ được tiêm vào hệ bạch huyết của cơ thể giúp làm khỏe lên hệ miễn dịch đã bị tàn phá, từ đó *giải thoát cơ thể khỏi bệnh tật.*

Dựa trên *40 năm* nghiên cứu vi thể và sinh học, phép điều trị Naessen đã phục hồi sức khỏe cho *hàng trăm* bệnh nhân ung thư, nhiều người trong số họ đã được các bác sĩ chính thống *chẩn đoán là giai đoạn cuối.* Rất nhiều bệnh nhân trải nghiệm những ích lợi ấn tượng, kể cả *khỏi đau,* ngon miệng hơn và tăng cân, khỏe hơn, bớt cảm giác buồn nôn và cảm thấy khỏe mạnh. Đợt điều trị gồm tiêm hàng ngày ít nhất ba chu kỳ 21-ngày, ba ngày nghỉ giữa chu kỳ. Ung thư cấp và di căn được đề nghị trung bình 7 đến 12 chu kỳ. Bệnh nhân được dạy *tự – quản lý* điều trị.

Một lần nữa, thông tin chi tiết khoa học của phép điều trị này và các trường hợp nghiên cứu cụ thể có trong cuốn *Lựa chọn* (Option) của Richard Walters nói trên. Bạn cũng có thể tìm

thấy ở đó thông tin chi tiết về *nguồn cung cấp* chất và phép điều trị. Chúng tôi sẽ không nói chi tiết thêm nữa vì chúng tôi tin tưởng các chất khác kể trên sẵn có hơn và ít nhất cũng có cùng hiệu quả.

Không có gì ngạc nhiên giới quyền lực y tế Canada đã săn đuổi Naessens. Tổ hợp dược Quebec đã không thừa nhận phép điều trị của ông vì cho là không có giá trị. Tuy nhiên người dân Canada có thể lấy 7140-X qua chi nhánh thuốc cấp cứu của chính phủ liên bang cho bệnh nhân mắc các bệnh suy thoái (ung thư, AIDS,…)

Nghiên cứu của ông chia sẻ nhiều *điểm chung* với những nghiên cứu ung thư khác. Khám phá của ông về các tổ chức nhiều hình dạng (hình dạng thay đổi) trong máu *đi theo lý thuyết miễn dịch* của Virginia Livington và máy phát tần số điện do Royal Rife phát triển.

Liệu pháp Revici

Bác sĩ Emanuel Revici đã phát triển một cách tiếp cận độc đáo khác cho điều trị bệnh nhân ung thư. Liệu pháp hóa trị không-độc của ông sử dụng *li-pít* và những chất khác để hiệu chỉnh sự thiếu cân bằng trong đặc tính hóa học của bệnh nhân. Li-pít – hợp chất hữu cơ gồm các a-xít béo (fatty acids) và sterol – là *những phần quan trọng của tất cả tế bào sống.*

Ông sinh ở Rumani, làm việc ở New York, ông đã áp dụng rộng rãi những khám phá của mình trong hơn *60 năm* điều trị ung thư. Đại đa số bệnh nhân ung thư của ông đều trong *giai đoạn cuối* của bệnh. Sau nhiều năm được ông điều trị, một số bệnh nhân đã thuyên giảm và *không có dấu hiệu ung thư hoạt động nữa.*

Góp ý kiến cho cuốn sách xuất bản năm 1961 của Revici, *Nghiên cứu Sinh lý bệnh học, cơ sở hướng dẫn hóa trị với những ứng*

dụng đặc biệt cho ung thư (Research in Physiopathology as a Basis of Guided Chemotherapy with Special Applications to Cancer), bác sĩ Gerhard Schrauzer, trưởng bộ phận xê-len *(selenium)* đã viết: *"Tôi đi đến kết luận bác sĩ Revici là một thiên tài đổi mới y học, nhà hóa học kiệt xuất và nhà tư tưởng sáng tạo đỉnh cao. Tôi cũng phải thừa nhận rằng ít ai trong các đồng nghiệp y tế của ông có khả năng theo đuổi chuỗi suy nghĩ của ông và vì thế tất cả rất sẵn sàng từ bỏ công trình của ông".*

Cách chữa bệnh của bác sĩ Revici là cho từng cá nhân. Một bệnh nhân, người đàn ông 43 tuổi được chẩn đoán xâm lấn ung thư bàng quang độ cao tại Trung tâm ung thư Sloan-Kettering (Memorial Sloan-Kettering Cancer Center) năm 1980. Họ nói, *"Cách duy nhất có thể điều trị là* bỏ bàng quang và cấp một bọng đái giả *bên ngoài"*. Ông ấy nói không. Bệnh nhân đến bác sĩ Revici tháng 10 và theo liệu pháp của ông. Ông không có điều trị nào khác nữa. Năm 1987 ông quay lại Sloan-Kettering để soi bọng đái thì phát hiện ông đã *thoát khỏi ung thư.*

Một bệnh nhân khác là phụ nữ 29 tuổi đã mổ ở Sloan-Kettering tháng 10 năm 1983 về u nguyên sống (chordoma) – một *u não.* Khối u không được lấy đi hoàn toàn và cô được cho chạy một đợt *xạ trị.* Tình trạng của cô liên tục xấu đi trong suốt 12 tháng sau phẫu thuật. Bác sĩ Revici gặp cô lần đầu vào tháng 5 năm 1984. Khi đó cô đã bị giam hãm trên xe lăn với *hoạt động hạn chế.* Cô bắt đầu chương trình Revici. Sau đó cô sinh con hai lần và sống tốt. Vấn đề duy nhất là *cô phải đi lại với gậy chống.*

Liệu pháp chữa ung thư không-độc của Revici chưa từng nhận được thử nghiệm công bằng hay tài trợ trong nước Mỹ. Chắc bạn cũng *chẳng ngạc nhiên* gì khi đọc đến đây. Phương pháp của ông được chính thức nghiên cứu và đưa vào thực nghiệm ở Pháp, Italy và Áo. Ông là một bác sĩ xuất chúng tốt nghiệp *hạng ưu trong lớp* ở Trường Tổng hợp Bucharest.

Truyền thông Mỹ mô tả ông như lang băm và bị *tống ra khỏi công việc*. Năm 1984 tiểu bang New York đã cố gắng thu hồi giấy phép của ông *vĩnh viễn*, vì sai lệch với y tế chuẩn, cẩu thả, không đủ năng lực, lừa gạt, sử dụng thuốc chưa qua kiểm nghiệm và những thứ tương tự. Sau *bốn năm* đấu tranh, tháng 7 năm 1988 Revici đã chiến thắng. Quyết định của Tòa án cho phép ông tiếp tục điều trị bệnh nhân ung thư.

Để bảo vệ giấy phép của ông, nhiều bệnh nhân của Revici và các nhóm quyền tự do y tế đã *vận động rộng khắp* tại trụ sở Quốc hội bang. Ở cấp liên bang, dân biểu New York Guy Molinari dành *nguyên cả ngày* trong tháng 3 năm 1988 *nghe* vấn đề Revici và toàn bộ phương pháp điều trị ung thư thay thế. Bác sĩ Seymour Brenner là một bác sĩ ung thư đáng kính có phòng khám riêng ở New York đã *thay mặt Revici* làm chứng.

Bác sĩ Brenner đã điều tra một số bệnh nhân ung thư *tình trạng cấp* và *không chữa được* bằng phương pháp chính thống. Revici đã làm cho *mỗi người trong họ* thuyên giảm bền vững. Bác sĩ Brenner có một *nhóm các nhà nghiên cứu bệnh học độc lập* khẳng định chẩn đoán và giai đoạn đau ốm của mỗi bệnh nhân trước khi đến khám Revici lần đầu. Ông xác nhận qua những phát hiện của cá nhân, ông đề xuất mạnh mẽ rằng Revici có phương pháp điều trị ung thư *xứng đáng được nghiên cứu thêm* và đề nghị FDA chỉ đạo đánh giá.

Trong thư gửi dân biểu Molinari, Brenner kê ra biên bản trong đó *nhóm các bác sĩ* muốn kiểm soát các bệnh nhân ung thư đang điều trị phương pháp thay thế. Tất cả các bệnh nhân này là *công khai không thể điều trị được* bằng phương pháp chính thống. Trong thư có *chi tiết những sự kiện* của 10 bệnh nhân ung thư cấp được bác sĩ Revici chữa khỏi.

Nay đã gần *50 năm* kể từ khi bác sĩ Revici phát triển liệu pháp hóa trị không-độc. "Chính giới" ung thư *chưa từng làm*

một đánh giá vô tư và cởi mở. Một lần nữa, công nghiệp ung thư thành công trong việc đàn áp phép điều trị thay thế không-độc đã chỉ ra hứa hẹn *thay thế hoặc ít nhất làm tăng hiệu quả* hóa trị và xạ trị độc hại.

Một cuốn sách thú vị về bác sĩ Revici chữa khỏi ung thư của William Kelley Eidem được xuất bản vào năm 1997. Sách có tên *Bác sĩ chữa khỏi ung thư* (The Doctor Who Cure Cancer). Ông Eidem tự chữa khỏi nhờ sử dụng những phương pháp của Revici và đã phỏng vấn bác sĩ Revici khi ông 98 tuổi. Ông đã làm một công việc tuyệt vời là ghi và viết lại công trình của bác sĩ Revici.

Nếu kiểu đàn áp và nhạo báng các phương pháp chữa trị ung thư hứa hẹn có làm bạn quan tâm, thì bạn tìm 12 tài liệu trong sách *Chính trị trong chữa bệnh* (Politics In Healing) của Daniel Haley. Các bạn rất nên đọc cuốn sách này!

Chống Cachexia bằng Hydrazine

Cachexia là quá trình ốm yếu gầy mòn giết chết 2/3 bệnh nhân ung thư, kể cả người vợ quá cố của Bill – Magre. Hydrazine sulyate *đảo lộn được đáng kể* quá trình này. Thuốc này không đắt tiền, *không có tác dụng phụ*. Được chứng minh lâm sàng có tác dụng chống khối u, làm khối u ác tính ngưng phát triển, giảm kích thước và biến mất trong một vài trường hợp.

Khoảng *một nửa* bệnh nhân dùng Hydrazine sulyate trải nghiệm *tăng cân*, ngon miệng trở lại, *kéo dài thời gian sống*, và đặc biệt *giảm đau và sự hành hạ*. Nhiều bệnh nhân báo cáo một sự tăng trưởng sinh lực, sức khỏe và biến mất các triệu chứng bệnh tật cùng với cảm giác khỏe mạnh và lạc quan.

Trong khi Hydrazine sulyate có thể chưa phải là phương pháp cứu chữa chắc chắn-chống lại ung thư, thì *nhiều thử nghiệm*

lâm sàng phạm vi rộng chỉ ra tác động lên các loại khối u ở các giai đoạn. Có thể sử dụng *đơn lẻ hoặc phối hợp* với hóa trị cản phân bào (cytotoxic) và xạ trị làm cho ung thư dễ bị tổn thương hơn với các dạng điều trị chuẩn.

Bác sĩ Joseph Gold khám phá ra các hiệu ứng của Hydrazine sulyate năm *1968*. Ung thư có hai ảnh hưởng tiêu cực chủ yếu lên cơ thể. Một là sự *xâm lấn* của các khối u vào trong các cơ quan quan trọng và tàn phá các chức năng của cơ quan. Với công chúng, điều này nghe như thể là nguyên nhân phổ biến nhất gây ra tử vong ung thư. Thực tế, *điều này [sự xâm lấn] chiếm tới 23%* tỉ lệ tử vong do ung thư mỗi năm.

Ảnh hưởng tiêu cực khác của ung thư là *cachexia*, quá trình ốm yếu gầy mòn thê thảm của cơ thể. Nghĩa là giảm cân và suy nhược. Trong ung thư, cũng như trong AIDS, bệnh nhân *chết vì đau ốm kèm theo*, đáng lẽ họ vẫn sống nếu không bị hội chứng hao mòn.

Bác sĩ Harold Drovak, trưởng khoa nghiên cứu bệnh tại Bệnh viện Beth Israel ở Boston lưu ý: *"Trong một nghĩa nào đó, không ai chết vì ung thư. Họ chết vì bệnh khác – viêm phổi, suy yếu cơ quan này hay những cơ quan khác. Cachexia thúc đẩy nhanh quá trình nhiễm độc và tích tụ chất độc chuyển hóa. Cachexia gây chết chóc nhanh hơn là do khối u."*

Nhưng cái gì tạo ra cachexia? Tế bào ung thư *nuốt nghiến ngấu đường* từ 10 đến 15 lần nhiều hơn tế bào bình thường. Tế bào ung thư tiêu thụ đường được sinh ra chủ yếu từ gan khi *biến a-xít lactic thành đường glucose*. (Các tế bào bình thường sử dụng đường glucose hiệu quả hơn nhiều, chúng lấy glucose từ thức ăn ta ăn, *không từ a-xít lactic*).

Khi tế bào ung thư sử dụng đường (glucose) như nhiên liệu, chúng *chỉ chuyển hóa một phần. Sản phẩm thải* của sự đốt cháy không hết này là a-xít lactic chảy vào máu và được đưa lên gan.

Khi đó gan *tái chế* a-xít lactic (và các sản phẩm phân rã khác) trở lại thành đường glucose. Lượng đường tiêu thụ bởi các tế bào ung thư *tham lam* tăng liên tục.

Kết quả là một chu kỳ xấu, bác sĩ Gold gọi là *"quan hệ bệnh"* giữa gan và ung thư. *Tế bào khỏe* của bệnh nhân *đang bị đói,* trong khi tế bào ung thư *tăng trưởng mạnh mẽ.* Một số tế bào khỏe thậm chí tan rã ra để nuôi tế bào ung thư phát triển.

Để cắt quan hệ bệnh này, bác sĩ Gold biện luận chặt chẽ rằng tất cả những gì ông cần là tìm ra *thuốc không-độc và an toàn* ngăn cản hình thành glucose (nghĩa rộng tức là gan tái sinh a-xít lactic trở lại thành glucose). Năm 1968 ông đưa ra thuyết trong bài báo được công bố ở tạp chí *Ung thư học,* ông gọi là *Sự im lặng chói tai* (The silence was deafening).

Năm sau, thật trùng hợp, bác sĩ Gold được biết nhà sinh hóa Paul Ray có bài viết giải thích *Hydrazin sulfxat* có thể ngắt enzyme cần thiết để sản xuất glucose từ a-xít lactic. Bác sĩ Gold đã tình cờ tìm thấy *cách rất hợp lý* bỏ đói ung thư. Ngay lập tức ông thí nghiệm Hydrazin sulfattrên chuột và thấy phù hợp với thuyết của ông, thuốc *ngăn chặn hình thành glucose và tăng trưởng khối u.*

Đây chỉ là một trong nhiều trường hợp nghiên cứu về tác động ấn tượng của Hydrazin sunfat. Năm 1987, Erna Kamen, một bệnh nhân ung thư phổi 63 tuổi được điều trị Hydrazin sulfat sau khi rời bệnh viện ở Sarasota, Florida. Jeff Camen, phóng viên truyền hình từng đoạt giải Emmy[1] nói: *"Về cơ bản, mẹ tôi được* trả về nhà để chết. *Lúc đó bà bị giảm cân đáng kể, mất* sự ngon miệng *và hầu như* không muốn làm gì cả" (gợi nhớ kỳ lạ về tình trạng của Marge năm 1994).

---

[1] Giải Emmy là chương trình giải thưởng phim truyền hình, chủ yếu về thể loại giải trí ở Mỹ. Giải gồm nhiều hạng mục khác nhau nhằm tôn vinh các phim truyền hình Mỹ (kể cả thể thao) và được coi là giải thưởng cao quý nhất của công nghệ truyền hình Mỹ.

Một bác sĩ nói với cha Jeff, ông Ira Kamen, rằng Hydrazin sulfat đưa ra ít nhất *"một phát súng trong đêm"*. Rồi, vào một thứ Hai trong tháng 8 năm 1987, cô hộ lý gia đình đưa cho bà Kamen *1 viên Hydrazin sulfat* ngay trước bữa trưa. *"Sáng thứ Ba"*, Jeff nhớ lại, *"có tiếng ồn ào trong nhà. Mẹ tôi đã* trở dậy từ trên giường *giống như phượng hoàng bay lên từ đống tro tàn. Mẹ tôi đòi cô hộ lý đưa bà xuống cầu thang để ăn sáng với tôi… Khi những người yêu quý của bạn chiến thắng trong đối đầu với tử thần thì bạn như* được an ủi lạ thường *trong từng khoảnh khắc"*.

Như Jeff mô tả sự phục hồi của mẹ anh, "đau đớn qua đi; *sự ngon miệng trở lại nhanh chóng"*. Trong vòng ba tuần, ho đau buốt biến mất và bà đã có thể *đi lại một mình. "Trong những tháng trước khi mất, bà đến truyền hình cùng tôi để* nói cho toàn quốc *về Hydrazin sunfat. Viện Ung thư Quốc gia đã ngưng xử tệ với Hydrazin sulfat và bắt đầu chuyển các yêu cầu đến nhóm của Trường Y UCLA và họ đã* công nhận hiệu quả của thuốc *từ lâu trước khi Erna Kamen bắt đầu dùng"*. Jeff quy cho cái chết của mẹ anh vài tháng sau là bà: *"đã sai lầm bỏ dùng Hydrazin sulfat do cái gọi là* chất chưa kiểm chứng thực nghiệm*"*.

Với các bệnh nhân ung thư, Hydrazin sulfat thường uống viên nén hoặc viên nang 60 mg khoảng một đến hai tiếng trước bữa ăn. Đầu tiên uống một lần mỗi ngày trong vài ngày, sau đó hai lần mỗi ngày, rồi ba lần hay bốn lần, tùy theo phản hồi của cơ thể và *quyết định của bác sĩ.* Với chế độ đó, nhiều bệnh nhân giai đoạn cuối và giai đoạn giữa thu được khá nhiều hiệu quả. Bệnh nhân ung thư ở *những giai đoạn đầu* thu được hiệu quả cao nhất.

Khoảng một nửa số bệnh nhân ung thư giai đoạn đầu được dùng thuốc lên cân *hầu như ngay lập tức* và đảo ngược tình thế. Trong một vài trường hợp, khối u đã biến mất.

Những loại ung thư phổ biến được báo cáo thường xuyên nhất thu được hiệu quả từ liệu pháp Hydrazin sulfat là ung thư ruột, ung thư buồng trứng, ung thư tiền liệt tuyến, ung thư

phổi, bệnh Hodgkin và ung thư hệ bạch huyết khác, ung thư tuyến giáp, khối u ác và ung thư vú. Chúng chiếm hơn *90%* các bệnh ung thư được báo cáo ở Mỹ.

Ngoài ra, để có thêm thông tin lấy thuốc như thế nào hoặc tiếp tục nghiên cứu, bạn hãy tự tìm trên internet hoặc tìm trong sách *Options* của Rechard Walters.

Quan tâm của chúng tôi

Chúng tôi không khuyên sử dụng Hydrazin sulfat cho chế độ tự-điều trị. Nó tương tác với một số loại thuốc như thuốc ức chế MAO và chắc chắn với thực phẩm có chứa tyramine, chẳng hạn như đậu fava, dưa cải bắp, dưa chua, chuối, bơ v.v... Ngoài ra, chưa có một định mức liều lượng an toàn và chế độ điều trị. Bạn hiển nhiên hoàn toàn tự do hình thành quan niệm của chính mình. Chắc chắn là nó rẻ và sẵn có.

Liệu pháp miễn dịch

Rất lâu trước khi bác sĩ Ghoneum khám phá ra chất tự nhiên ông gọi là MGN – 3 vào năm 1995, các nghiên cứu viên của Big Pharma đã nghiên cứu theo hướng sử dụng hệ miễn dịch để chống ung thư. Ngay hiện tại thì phần lớn nghiên cứu lại tập trung vào các *vaccine*. Bạn có thể nghe thấy vài thứ trong số đó, vậy làm quen với một số ý niệm thì cũng có ích.

Những kháng thể đơn dòng (dòng vô tính đơn) là những *tế bào tổng hợp* được sinh ra qua gen – ghép nối. Tế bào máu trắng của bệnh nhân ung thư nối với tế bào ung thư của họ. Khi các tế bào lai sinh ra được đưa lại vào cơ thể bệnh nhân, chúng sản xuất các kháng thể đặc biệt. Những kháng thể này chỉ tấn công tế bào ung thư. Gắn liền với thuốc chống – ung thư hay độc tố tự nhiên, *các kháng thể đơn dòng phục vụ như "tên lửa dẫn đường"*

hướng các kháng thể mà chúng sản xuất ra vào con mồi ác tính của chúng.

Còn trong giai đoạn nghiên cứu, những đơn dòng hứa hẹn sẽ *là cực kỳ đắt đỏ.* Đó sẽ là một ân huệ cho độc quyền y – dược nếu được dùng trong điều trị ung thư. Truyền thông thường xuyên chào hàng chúng như đột phá ung thư sắp tới.

Hiệp hội Ung thư Mỹ (ACS) hào phóng thừa nhận rằng sẽ mất *"rất nhiều năm để tìm được vai trò thích hợp của những [liệu pháp hệ miễn dịch chính thống] tác nhân này trong điều trị ung thư.* Những quan sát viên giàu kinh nghiệm nói điều đó có nghĩa là *20 năm nữa hoặc hơn thế.* Trong khi đó ACS tiếp tục sử dụng quyền lực khổng lồ của nó để *hạn chế hoặc cấm đoán* những liệu pháp ung thư không-độc sử dụng liệu pháp hệ miễn dịch đã có *những kết quả lâm sàng rõ rệt* cho người. Chúng tôi đã nói về một số tác nhân kích thích hệ miễn dịch sẵn có hiện nay ở Chương 5. Sớm hơn trước đó đã có các liệu pháp miễn dịch tự nhiên như của tiến sĩ Lawrence Burton (thảo luận dưới đây) và bác sĩ Virginia Livingston.

Vaccine hỗn hợp khuẩn của Coley

Thật mỉa mai, *vaccine hỗn hợp khuẩn của Coley* lẽ ra đã có thể cho thấy tỉ lệ cứu chữa cao hơn bất cứ phép điều trị ung thư nào khác lại hoàn toàn không có mặt. Bác sĩ William Coley (1862 – 1936) từng là nhà phẫu thuật và nhà nghiên cứu xuất sắc xứ Sloan-Kettering ở New York. Năm 1890 ông phát triển một *vaccine* làm từ độc tố vi khuẩn mà chúng kích hoạt cơ chế bảo vệ miễn dịch trong bệnh nhân ung thư và đã cứu được hàng trăm người.

Con gái ông là tiến sĩ Helen Coley đã lưu giữ và đưa công trình quan trọng của ông lên một tầm cao mới. Hơn nữa, mặc dù việc sử dụng thành công vaccine khuẩn đã báo cáo đầy đủ trong tài liệu y học từ lúc chuyển thế kỷ, những công ty dược

lớn hôm nay vẫn *không quan tâm* đến cái mà họ xem chỉ đơn giản là *không lợi nhuận.*

Bạn đọc thân mến, khá kinh khủng để xem xét điều cốt lõi là liệu có một lúc nào đó, hàng nghìn bệnh nhân ở Mỹ đang dùng hóa trị dữ dội được hưởng lợi từ một phương pháp nâng cao hệ miễn dịch nào đó, thậm chí là từ dinh dưỡng hỗ trợ hay vitamin bổ sung. Họ có được hưởng không? Trừ phi tìm thấy qua các công bố khoa học như cuốn này, còn câu trả lời thì rất đáng buồn là không.

Liệu pháp gia tăng miễn dịch của Burton

Bác sĩ Lawrence Burton dùng bốn protein máu – những chất tìm thấy tự nhiên trong cơ thể – để chữa ung thư. Liệu pháp gia tăng miễn dịch (Immuno-Augmentative – IAT) được ông phát triển khi làm bác sĩ ung thư tại Bệnh viện St. Vincent ở New York trong những năm thập niên *1960,* không "tấn công" ung thư. Thay vào đó, nó nhắm đến *phục hồi hệ miễn dịch hoạt động bình thường* nên hệ miễn dịch của chính bệnh nhân sẽ tiêu diệt tế bào ung thư. Bạn tự hỏi, cái gì đã xảy ra cho bằng chứng sau đây trong 40 năm kế tiếp.

Burton đã khám phá ra những thành phần của máu, ông gọi là *các phân đoạn máu* bị thiếu hụt ở các bệnh nhân ung thư. Khi xuất hiện với sự cân bằng chuẩn xác, chúng cùng *hiệp lực* phát huy tác dụng để kiểm soát sự phát triển của tế bào ung thư và tiêu diệt khối u.

Liệu pháp của ông gồm bổ sung cho các phân đoạn máu bị thiếu hụt bằng tiêm cho bệnh nhân lượng các phân đoạn máu dựa trên *những phân tích máu hàng ngày hoặc hai ngày.* Bệnh nhân tiếp tục tự điều chỉnh tiêm huyết thanh dài bao lâu là tùy theo sự cần thiết, rất giống với bệnh nhân tiểu đường dùng insulin. IAT *không-độc và không có phản ứng phụ.*

Bác sĩ Burton không nói rằng IAT chữa bệnh. Ông mô tả nó như cách kiểm soát và chiến đấu với ung thư. Ngoài ra, theo ghi nhận lâm sàng, *50 đến 60%* bệnh nhân *giảm khối u*. Rất nhiều người trải qua thuyên giảm từ từ. Một số, thậm chí *ung thư giai đoạn cuối* đã *khỏi hoàn toàn*.

Rất nhiều trường hợp *ung thư di căn* ruột và ổ bụng được điều trị bằng Burton IAT đã khỏe mạnh vượt qua ngưỡng năm năm sau khi phục hồi. Đó là thành tựu nổi bật trong khi Viện Ung thư Quốc gia nói rằng những loại ung thư đó có tỉ lệ sống 5-năm bằng *không*.

Một phòng khám ở Bahamas hiện điều trị cho bệnh nhân dựa trên thuyết Burton, xem tại trang web:

www.immunemedicine.com

Liệu pháp tế bào phát quang (Cytoluminescent Therapy – CLT)

Một trong những đề xuất mới nhất trong điều trị ung thư là "Phương pháp tế bào phát quang" (Cytoluminescent Therapy – CLT). Còn được biết đến như Phương pháp quang động (Photodynaamic Therapy – PDT), nhưng dùng tác nhân "nhạy" khác nhau. Có một phòng khám chuyên về CLT ở Ai-len. Bác sĩ Ralph Moss đã đến đấy gặp họ và công bố một báo cáo rất khích lệ về hiệu quả của phương pháp điều trị này. Những đồn đại gần đây đang được phổ biến vào Mỹ.

Chúng tôi trích dẫn cho bạn một email của một phụ nữ đã đến phòng khám đó ở Ai-len cuối 2002 để điều trị. Đây là mô tả của bà về phương pháp điều trị này:

"… lý thuyết đằng sau CLT (PTD với một tác nhân mới) là nuốt vào một tác nhân nhạy cảm làm bằng tảo lục xoắn, nó hầu như trói chặt riêng các tế bào ung thư, và theo đó tia hồng ngoại và ánh sáng

LED chiếu lên cơ thể sẽ kích hoạt tác nhân qua máu (như kiểu đi săn tế bào ung thư trên cholesterol – giống các chất trong máu) làm phấn khích tế bào và sinh ra ô-xy đơn, một quá trình ô-xy hóa, nó làm nổ tung các tế bào ung thư.

Lynette".

Những vấn đề

Ngoài giá cắt cổ (20.000 đô-la) và thực tế phòng khám ở Ai-len phải đặt chỗ trước hàng tháng, cô Lynette cho biết họ nhận được rất nhiều phàn nàn vì thiếu sự theo dõi sau khi bệnh nhân về nhà – là phần thiết yếu của điều trị này. Chúng tôi cũng đã nghe được những chủ nhân ban đầu của phòng khám này đã tách ra và đang điều hành những phòng khám khác ở Ai-len.

"Chữa ung thư qua đêm"

Nếu bạn đã đọc đến đây, chúng tôi muốn thưởng công cho bạn bằng việc mô tả một phương pháp chữa bệnh không chỉ nhiều hứa hẹn, mà đã được sử dụng thành công trên một số "lợn guinea" bị ung thư cấp. Nó đã được mệnh danh là "Chữa ung thư qua đêm" (Overnight Cancer Cure – OCC).

Việc điều trị ít tốn kém và rất hiệu quả này được mô tả trong chi tiết tại trang web:

http://www.New-Cancer-Treatments.org/Cancer/OCC.html

Là tác giả của trang web, Webster Kehr, Chủ tịch Quỹ nghiên cứu ung thư độc lập, nói:

"Đây là phương pháp điều trị ung thư mới. Đang trong giai đoạn thử nghiệm, mặc dù đã được chứng minh là hoàn toàn an toàn ngay cả với bệnh nhân ung thư cấp. Nói cách khác, CHƯA thử nghiệm tính an toàn, mà mới chỉ thử nghiệm hiệu quả của nó. Phương pháp điều

trị này dựa vào một lượng lớn bằng chứng khoa học kết hợp với lý thuyết ung thư vững chắc".

Phương pháp điều trị này rất hứa hẹn bởi vì nó không tiêu diệt tế bào ung thư, điều sẽ gây ra tất cả các triệu chứng "tiêu hủy" bởi vì sự "chết đột ngột" của các tế bào ung thư. Thay vào đó, "vi khuẩn" bên trong tế bào ung thư (lần đầu tiên được Royal Rife quan sát vào những năm 1920 trong kính hiển vi rất mạnh của ông) bị giết. Các tế bào ung thư sau đó trở lại thành tế bào hoạt động bình thường, với sự phục hồi của "chu trình Krebs" (còn gọi là các "chu trình a-xít citric") và "Chuỗi vận chuyển điện tử" trong các ty thể.

Ty thể là các phân tử bên trong tế bào đó phát ra năng lượng (còn gọi là ATP) và kiểm soát các quá trình tự chết hoặc chết của tế bào. Chúng hoạt động kém trong tế bào ung thư. Một khi chúng lại được kích hoạt (như trong điều trị này), tế bào khôi phục lại những đặc tính của một tế bào bình thường. Các tế bào ung thư sau đó chết theo chu kỳ của một tế bào bình thường – không như tế bào ung thư. Như vậy, quá trình này không làm tắc nghẽn gan, thận, hệ bạch huyết và các bộ phận khác bởi tế bào ung thư chết, như thường thấy ở hầu hết các phương pháp điều trị ung thư khác.

Nếu bạn muốn hiểu chi tiết của phương pháp điều trị này được hỗ trợ bởi hàng trăm nghiên cứu và một số sách về chủ đề này, xin đọc mô tả về điều trị của Webster tại trang web trên. Nếu bạn muốn đọc thêm về lý thuyết về ung thư, hãy truy cập vào:

http://www.New-Cancer-Treatments.org/Theory/CancerTheory.html

Rất nhiều liệu pháp chữa ung thư

Những liệu pháp chữa ung thư đa dạng đã chứng thực tính hiệu quả trong hơn 50 năm qua *khiến bạn lưỡng lự.* Chúng tôi sẽ

liệt kê thêm một số trong đó nữa để đưa thêm cho bạn những từ bạn cần khi tra trên internet.

Asian herbs	*Thảo mộc Châu Á*
Ayurveda	*Liệu pháp điện sinh học*
Bioelectric Therapies	
Bovine Colustrum	
Carctol	
Chaparral	
Chinese Medicine	*– Y học Trung Quốc*
Chlorella	
Co-enzyme Q10	
Colloidal Silver	
Concentrated Aloe Vera	
Detoxification	*– Giải độc*
DMSO Therapy	*– Trị liệu DMSO*
Far Infrared Therapy	*– Trị liệu luồng ngoại xa*
Germanium	
Gerson Therapy	*– Trị liệu Gerson*
Hans Nieper, M.D.	
Haelan 951	
Homeopathy	*– Vi lượng đồng căn*
Hoxsey Therapy	
Hyperbaric units	
Hyperthermia	*– Tăng thân nhiệt*

Immunocal

IP6

Issels' Whole-Body Therapy

Kelley's Nutritional-Metabolic Therapy

Lactoferrin

Live-Cell Therapy

Livingston Therapy

Lymphotonic PF2

Magnetic Sleep Pads – *Tấm đệm ngủ từ*

Mind-Body Treatment – *Phép điều trị Thân và Tâm*

Mistletoe (Iscador) – *Cây tầm gửi*

Moerman's Anti-Cancer Diet – *Chế độ ăn chống ung thư Moerman*

MycoSoft

N-Tense

Noni Juice – *Nước Noni*

Oncotox

Ozone Therapy – *Liệu pháp ozone*

Psychotherapy – *Phép chữa tâm lý*

Peroxide Therapy

Rain-forest herbs – *Thảo mộc rừng nhiệt đới*

Selenium

T-Plus

Ukrain

VG-1000

Wigmore therapy

… và rất nhiều nữa…

Kiểm tra một vài trong số đó bằng công cụ tìm kiếm ưa thích của bạn. Bạn sẽ ngạc nhiên về sự dồi dào các tài liệu về chúng. Chúng tôi đã cố gắng tránh tình trạng quá tải thông tin trong cuốn sách này bằng cách giải thích chi tiết phương pháp điều trị mà bạn phải xem xét nghiêm túc. Dĩ nhiên, đây là đánh giá của riêng chúng tôi. Chúng tôi không bác bỏ bất kỳ phương pháp nào trong danh sách trên. Một số bệnh nhân ung thư đã được các liệu pháp trên chữa khỏi.

Kết luận

Đừng tin vào "hệ thống" chăm sóc ung thư cho bạn hay cho người thân. Hãy *chủ động*. Hãy tìm hiểu. Nắm lấy kiến thức. *Hiểu biết là sức mạnh.*

Hiện có rất nhiều tiếp cận hứa hẹn để điều trị ung thư và/hoặc ngăn ngừa tái phát.

Có thể bạn muốn đến Bahamas, Mexico, Ai-len hay Tây Ban Nha, nhưng bạn cũng không cần phải làm thế. Cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh ở chỗ bạn có mọi thứ bạn cần và bạn có thể mua từ các nguồn cung cấp chúng tôi liệt kê trong sách này.

Có thể bạn muốn tìm một bác sĩ giúp bạn sử dụng những phép điều trị này để bổ sung cho liệu pháp "chính thống" và thử mức tiến bộ của bạn. Bạn có thể muốn *tránh hoàn toàn liệu pháp chính thống.*

Hiện nay chữa trị không có hỗ trợ y tế là *hoàn toàn có thể.* Hãy tự chữa trị và xét nghiệm nếu bạn thấy thoải mái. Nếu không, thì ít nhất *hãy bắt đầu chế độ tự-điều trị* trong khi tìm kiếm

bác sĩ hay phòng khám hoàn hảo. Quanh bạn có đấy. Chúng tôi sẽ chẳng bao giờ chọn bác sĩ chuyên khoa ung thư, bác sĩ xạ trị hay bác sĩ phẫu thuật. Lựa chọn của bạn có thể khác chúng tôi, nhưng hãy *tiếp tục tìm kiếm*. Chúng tôi biết các bác sĩ tài năng sử dụng kỹ thuật chữa trị không-độc, không đau ở Mỹ, Canada, Mexico, Singapore, Malaysia, Anh, Đức, Nam Phi và nhiều nước khác. Hãy sử dụng danh bạ chúng tôi cung cấp ở Chương 1 của sách này hoặc tìm kiếm nguồn ở Chương 6.

Đừng đợi nhiều bằng chứng hơn

Rất nhiều liệu pháp "thay thế" cần *khẩn cấp* được nghiên cứu nhiều hơn nữa để đưa ra tiềm năng đầy đủ của chúng. Bác sĩ Robert C. Atkins, có thể nhiều người trong bạn biết ông qua những cuốn sách về dinh dưỡng, đã nói khá súc tích:

"Có rất nhiều phép chữa trị ung thư, và tất cả đang bị đàn áp nhẫn tâm và có hệ thống bởi chính giới ung thư giống như một vụ của Gestapo Đức Quốc Xã. Chính giới ung thư là hiệp hội không-quá-mờ ám của Hội Ung thư Mỹ (American Cancer Society), những bệnh viện ung thư hàng đầu, Viện Ung thư Quốc gia (National Cancer Institute) và FDA. Phần mờ ám là sự thật những viện đáng kính đó được rất nhiều các thành viên và những người bạn thành viên của Công nghiệp Dược phẩm tài trợ, nơi tạo ra lợi nhuận khó tin nhờ hóa trị đang ám ảnh lên nghề nghiệp của chúng ta."

Người dân Mỹ khó mà tin được các liệu pháp an toàn và giá trị đang bị *cố ý ngăn cản*. Điều xem ra không thể có ở nước Mỹ hiện đại. Tiếc rằng, nhiều người Mỹ bị *chết oan*. Giới ung thư có *90 năm lịch sử* về tham nhũng, thiếu năng lực và *cố ý đàn áp* những liệu pháp ung thư thực sự hiệu quả. Kể cả việc sắp đặt các thử nghiệm lâm sàng tại các viện nghiên cứu chính để *làm mất uy tín những liệu pháp tự nhiên và không-độc*. Barry Lyne đã dẫn chứng đầy đủ trong cuốn sách của ông *Cứu chữa Ung thư*

(The Healing of Cancer) giống như Daniel Haley trong *Chính trị Trong Chữa bệnh* (Politics In Healing). Xem Phụ lục A có thêm thông tin về các sách đó. Như Lynes nói, *"Hiệp hội Ung thư Mỹ không quan tâm đến cứu chữa. Họ xa rời công việc ấy."*

Nghiên cứu ung thư là gian lận

Nhà khoa học hai lần được nhận giải Nô-ben, Linus Pauling đã tóm tắt đầy đủ tình hình khi ông phát biểu: *"Mọi người cần phải biết rằng 'Cuộc chiến Ung thư' là* sự gian lận *lớn, và rằng Viện Ung thư Quốc gia (National Cancer Institute) và Hiệp hội Ung thư Mỹ (American Cancer Society – ACS)* sao lãng bổn phận *đối với những người đã ủng hộ họ".*

Theo Barry Lyne, *"Tối thiểu Hiệp hội Ung thư Mỹ… phải bị Bộ Tư Pháp Mỹ thanh tra về* sự gian lận, *quảng cáo sai trái,* mưu mô *và lũng đoạn, vi phạm độc quyền".*

Liên kết chắt chẽ với ACS thông qua các ban giám đốc phối hợp là Viện ung thư quốc gia *(National Cancer Institute* – NCI*).* Được chính phủ tài trợ, cơ quan này thành lập năm 1937 và hiện có hơn *bốn tỉ đô-la mỗi năm.* Liệu bạn có trông chờ cơ quan như thế này là chất xúc tác cho *sáng tạo*? Liệu họ có cởi mở khích lệ cho phương pháp hoặc kỹ thuật nào có thể giảm bớt số lượng tử vong trong *nạn dịch ung thư* khoảng 10.000 người Mỹ mỗi tuần?

NCI thì *đúng là ngược lại.* Đó là người đại diện bảo vệ nguyên trạng quỹ *"hội ái hữu"* tận tụy với hóa trị và xạ trị. Họ tích cực hiệp sức với các cơ quan chính phủ khác để *quấy rối và ngăn cản* những liệu pháp thay thế sáng tạo.

Thay vì phục vụ công chúng, Barry Lynes nhận xét trong *Chữa trị Ung thư: "NCI đã tạo nơi trú ẩn quan liêu cho khoa học, đầy những* thủ tục hành chính, *hối lộ,* thông đồng với các công ty dược *và* những rào cản vô tận *đối với người thực sự sáng tạo đấu tranh chống ung thư".*

Những gì NCI làm với khoản bốn tỉ đô-la tiền thuế là hình thức có một không hai về *tham nhũng* trong lịch sử khoa học. NCI phân phối số tiền đó cho tài trợ nghiên cứu và cùng với ACS lăng xê các hướng chủ đạo trong nghiên cứu. Thật khó tin nổi, *90% thành viên* hội đồng đánh giá chuyên gia của NCI dùng tiền của NCI cho *nghiên cứu riêng của họ. 70% ngân sách nghiên cứu của ACS* đi đến các cá nhân hoặc cơ sở nghiên cứu mà thành viên hội đồng của ACS là *nhân vật có ảnh hưởng lớn.*

Tiến sĩ Irwin Bross cựu giám đốc Thống kê sinh học tại Viện Công viên Tưởng niệm Roswel lừng danh – bệnh viện nghiên cứu ung thư quốc gia lâu đời nhất nói: *"Trong bất cứ bộ phận nào của chính phủ, sẽ có mưu đồ tham nhũng khi người cấp tiền và người nhận là một"*. Điều trần/trả lời trước một tiểu ban Quốc hội, Tiến sĩ Bross nói thêm: *"Đó là thực tế tham nhũng thậm chí khi nó được gọi là 'đánh giá chuyên gia' hay 'nghiên cứu ung thư'… Tổ chức này không đáng để cải tổ mà đơn giản là nên bị loại bỏ."*

Đừng nhìn vào số liệu thống kê

Bạn cần cái nhìn xa hơn *những thống kê về tử vong do ung thư.* Sáu loại ung thư có tỉ lệ tử vong cao là: – ung thư phổi, ruột, vú, tiền liệt tuyến, tuyến tụy và buồng trứng – vẫn giữ nguyên hoặc tăng lên trong *60 năm* qua. Nếu đây là một "cuộc chiến ung thư" thì nó *đã thất bại từ lâu* rồi.

Không như nhiều quốc gia khác, nước Mỹ hỗ trợ chỉ *một loại thuốc.* Vì nguyên nhân đó, người dân Mỹ bị từ chối rất nhiều khía cạnh sống còn của *khoa học và nghệ thuật chữa trị.* Bác sĩ Alan Levin nói: *"Bác sĩ gia đình của bạn không còn tự do lựa chọn phương pháp điều trị mà người đó cho là tốt nhất cho bạn, mà phải tuân theo mệnh lệnh thiết lập bởi các bác sĩ có động cơ và mối liên kết khiến quyết định của họ không hoàn toàn vì ích lợi của bạn".*

Quyền chọn lựa của bạn

Quyền cơ bản nhất của người bệnh là – *tự do lựa chọn y tế* – đã mất đi ở đất nước này. *Quyền kiếm tiền* của độc quyền y tế đi trước quyền quyết định của bạn trong việc tham khảo ý kiến bác sĩ để có liệu pháp chữa trị ung thư *tốt nhất* cho điều kiện cụ thể của bạn. Lá thư dưới đây minh họa hùng hồn và thương tâm *tình thế khó xử* mà bệnh nhân ung thư phải *đối mặt*. Tác giả là một nhà tâm lý.

"Vợ tôi bị chẩn đoán ung thư buồng trứng năm năm trước. Cô ấy vẫn sống, thoải mái và khỏe mạnh vì theo phương pháp điều trị không được phê duyệt và không chính thống.

Tôi viết những dòng này như lá thư phản đối và trong một nỗ lực hướng dẫn bạn để có thể cứu cuộc sống của bạn hay vợ con bạn. Tôi không phải là kẻ cuồng tín điên rồ, tôi là người đàn ông đã 48 tuổi mà năm năm trước đã phải quyết định làm gì đó để cứu cuộc sống của vợ tôi. Chúng tôi đã tìm hiểu, nghiên cứu những chọn lựa của mình và đã có một quyết định thông minh và hiểu biết để theo đuổi hơn là theo những gì y tế chính thống ở đất nước này đưa ra.

Tôi tức giận, thất vọng và phát điên đến nỗi buộc phải đưa vợ tôi ra khỏi đất nước này, phải tranh đấu với công ty bảo hiểm vì phương pháp điều trị cho cô ấy "không được phê duyệt", phải đấu tranh để lấy thuốc cho cô ấy vì thuốc thuộc diện "không được phê duyệt" và là đối tượng tịch thu. Đó là một trận chiến để cô ấy được phép điều trị ung thư thay thế.

Giờ thì tôi biết có một cuộc chiến tài chính đang diễn ra, và nạn nhân là hàng triệu người bị từ chối phương pháp điều trị thay thế vì AMA hay FDA hay ai đó đã quyết định là chúng ta chỉ có thể điều trị bằng phương pháp đã được phê duyệt… Không có những quyền sống hay tự do ở đất nước này khi nói đến tự do lựa chọn chữa trị. Chỉ có ép buộc, phá hoại và tham lam – và những người đang chết. Chúng tôi

là những tù nhân tài chính của AMA và FDA, và họ đang giết chết chúng tôi dưới cái tên phép điều trị được phê duyệt.

Vợ tôi suýt nữa là nạn nhân; và nếu bạn cho phép điều này tiếp diễn thì một ngày nào đó bạn cũng sẽ trở thành nạn nhân.

Hãy giúp làm gì đó để mang lại sự thật, sự lành mạnh và đạo đức cho chăm sóc sức khỏe ở Mỹ."

CHƯƠNG 8

KIM LOẠI NẶNG VÀ CHELATION

BÁC SĨ CARLOS M. GARCIA

[Trong chương này, bác sĩ Garcia, một trong những chuyên gia giàu kinh nghiệm nhất về chelat trên thế giới, mô tả những sử dụng và phương pháp khác nhau của tác nhân chelat].

Chelation là liệu pháp điều trị đã được thực hiện ở Mỹ kể từ khi kết thúc Thế chiến II. Đó là một liệu pháp đặc biệt làm sạch động mạch. Nó có khả năng loại bỏ hiệu quả các mảng bám, cholesterol và kim loại nặng làm nghẽn, hạn chế và cản trở lưu thông máu và ô-xy trong suốt chiều dài của các mạch máu trong cơ thể.

Theo quan niệm lâm sàng của tôi liệu pháp chelat là một thay thế an toàn và hiệu quả để tránh phẫu thuật, nong mạch vành và đặt thiết bị thông. Theo kinh nghiệm lâm sàng của tôi, liệu pháp chelat có kết quả tích cực trong 85% thời gian được sử dụng.

EDTA và chelat chì

Một số người lớn tuổi hẳn còn nhớ cụm từ "lấy chì ra". Câu này xuất hiện do các loại sơn có nền-chì sử dụng trên tất cả các tàu Hải quân Hoa Kỳ trong Thế chiến II. Tất cả các loại sơn đều có nền-chì vào thời đó. Thật không may, chì có đặc tính là có thể xâm nhập qua da, từ đó gây nhiễm độc chì. Vào cuối Chiến tranh thế giới II, Hải quân Mỹ có "cả một tàu" các thủy thủ bị nhiễm độc chì. EDTA [ethylene diamine tetraacetic acid] được biết đến như một chất liên kết với chì và giúp loại bỏ chì khỏi các nạn nhân nhiễm độc.

Đối mặt với vấn đề nan giải của thủy thủ nhiễm độc chì, Hải quân Hoa Kỳ bắt đầu điều trị bằng truyền tĩnh mạch EDTA. May mắn thay, các thủy thủ đều phản ứng tích cực. Vì đây là một liệu pháp mới và có nhiều điều chưa biết, nên các thủy thủ điều trị EDTA được theo dõi y tế sau đó. Các bác sĩ rất ngạc nhiên, những người thủy thủ này có tỉ lệ mắc bệnh tim mạch thấp hơn so với những người khác không nhận điều trị chelat EDTA. Ngoài ra, họ không có tiến triển các biến chứng ngộ độc chì!

Quan sát lâm sàng này đã khiến một số bác sĩ đề xướng thử nghiệm lâm sàng để xem hiệu ứng sinh lý của EDTA trên các tình nguyện viên trong năm 1950. Những người tiên phong đã viết sách và thật đáng tiếc một số tình nguyện viên bị tổn thương thận do liệu pháp truyền tĩnh mạch này. Trong việc bảo vệ những người tiên phong, họ không có được cả công nghệ sơ đẳng mà các bác sĩ ngày nay được cấp như xét nghiệm công thức về máu để đánh giá chức năng thận. Đây là sự cố đáng tiếc trong những năm 1950, nó là nguyên nhân để y học chính thống khiến cho các bệnh nhân có ấn tượng sai về tính an toàn của liệu pháp chelat EDTA.

Có an toàn không?

Tại sao tôi cảm thấy thoải mái tuyên bố rằng chelat EDTA là hữu ích và an toàn? Tôi đã giám sát và/hoặc quản lý hơn 70.000 truyền dịch liệu pháp chelat. Chưa từng có biến chứng liên quan đến suy thận. Tôi là một trong những nhà trị liệu chelat giàu kinh nghiệm nhất thế giới. Trước đây, tôi đã có phòng khám chelat lớn nhất thế giới. Rõ ràng tôi có đủ thành công để được chính phủ để ý và trao thưởng cho một chiến dịch khảo sát toàn liên bang vào năm 2005. Những gì tôi chia sẻ với bạn là kinh nghiệm lâm sàng trực tiếp và kiến thức của tôi.

EDTA trong thực nghiệm

Tôi không biết chính xác cơ chế hoạt động của EDTA trong cơ thể con người. Tôi biết rõ rằng chẳng ai biết chính xác loại thuốc bất kỳ làm việc như thế nào. Những gì tôi có thể chứng thực là khi thực hiện chính xác khoảng 85% bệnh nhân dùng EDTA có sự đảo ngược của cao huyết áp, tiểu đường loại II, tuần hoàn kém, hội chứng chân bồn chồn và triệu chứng đột quỵ. Nó cũng phủ nhận sự cần thiết phải phẫu thuật mạch máu và thậm chí đảo ngược chứng hoại thư. Nhiều bệnh nhân tuyên bố rằng nó làm tăng sức chịu đựng của họ. Liệu pháp chelat, như với bất kỳ liệu pháp khác, không phải là một cứu cánh, nhưng đó là tự nhiên. Cá nhân tôi đã thực hiện hơn 125 loại chelat khác nhau.

Ở tuổi 78 cha tôi đã bị tắc tới 75% động mạch cảnh, bác sĩ của ông đề nghị phẫu thuật. Tôi đã điều trị cho cha tôi với chelat EDTA cho tổng số 85 liệu pháp và lặp lại các nghiên cứu động mạch cảnh. Các nghiên cứu chelat xác nhận rằng cha tôi bây giờ bị tắc chỉ còn 30%, đó là sinh lý tương thích với cuộc sống bình thường.

Kinh nghiệm của tôi không phải là duy nhất; vào năm 1993 hai bác sĩ Đan Mạch là Hancke và Flytlie đã công bố một nghiên

cứu liên quan đến 470 bệnh nhân. Kết quả họ tìm thấy là 90% trong 265 bệnh nhân bệnh động mạch vành đã được cải thiện; 58 trong 65 bệnh nhân tránh được phẫu thuật bắc cầu động mạch vành; 189 trong 207 bệnh nhân đòi hỏi nitroglycerin đã có thể giảm mức tiêu hao nó; và 24 trong số 27 bệnh nhân đang chờ cắt cụt chi đã tránh được phẫu thuật cắt cụt chi và cứu được chân tay của họ. Tóm lại, các nghiên cứu xác nhận mức hiệu quả khoảng 85%.

Tại sao chelat không được sử dụng rộng rãi?

Câu hỏi phổ biến nhất bệnh nhân đặt ra cho tôi là: "Nếu chelat tốt như vậy tại sao không nhiều bác sĩ sử dụng nó?" Câu trả lời là EDTA đã xuất hiện từ rất lâu nên giấy phép độc quyền nhãn hiệu của nó đã hết hạn. Do đó, tỉ suất lợi nhuận cho Big Pharma là không đáng kể. Kiếm được nhiều tiền hơn nhiều bằng cách tung thuốc ra thị trường. Chăm sóc sức khỏe không có lợi nhuận, song chăm sóc bệnh thì có!

Liệu pháp chelat là gì?

Vậy, liệu pháp chelat là gì? Liệu pháp chelat là truyền vào tĩnh mạch EDTA, một a-xít amin. Thực hành khá đơn giản. Bắt đầu đưa một lượng dịch truyền nhỏ vào tĩnh mạch của bệnh nhân. Một hỗn hợp chất lỏng bao gồm EDTA được cung cấp từ từ cho bệnh nhân. Mục tiêu là làm sạch các huyết mạch. Mặc dù chúng tôi giới hạn thảo luận của mình về EDTA ngay tại đây, xin hãy lưu ý rằng chelat là một quá trình tự nhiên được thực hiện bởi bản chất bên trong cơ thể của chúng ta thực hiện hàng ngày. Ví dụ, khi hemoglobin liên kết với ô-xy, thì hemoglobin đang chelat ô-xy.

Những tác dụng phụ của liệu pháp chelat là gì ?

Nếu được thực hiện một cách chính xác, liệu pháp chelat là cách an toàn và tự nhiên để duy trì bản thân. Bệnh nhân điều trị liệu pháp chelat phải tiếp tục bổ sung dinh dưỡng tốt, bởi vì liệu pháp chelat sẽ loại bỏ một số chất dinh dưỡng của cơ thể. Họ phải ăn trước và trong khi điều trị và uống nước đủ.

Chúng ta có thể tìm bác sĩ chelat giỏi ở đâu ?

Trang web http://www.ACAM.org có một danh sách đầy đủ tất cả các bác sĩ chelat trên toàn thế giới. ACAM là viết tắt của American College for Advancement Medicine – Trường Cao đẳng vì tiến bộ y tế Mỹ. ACAM là một trong những các tổ chức y tế tích hợp lớn nhất ở Hoa Kỳ cùng với ICIM, the International College of Integrative Medicine – Trường Cao đẳng quốc tế về y tế Tích hợp http://www.icimed.com.

Phải làm xét nghiệm gì trước khi bắt đầu liệu pháp chelat?

Lịch sử, thể chất và các nghiên cứu phòng thí nghiệm đầy đủ dựa trên bệnh án của bệnh nhân là điều tối thiểu nhất trước khi bắt đầu chelat. Tại phòng khám Utopia Wellness của tôi ở Florida, chúng tôi còn làm bổ sung kiểm tra Doppler mạch máu ngoại vi. Nó cho chúng ta thông tin cơ sở và giúp xác nhận hiệu quả trong quá trình điều trị.

Vai trò của chelat là gì trong điều trị ung thư?

Khoảng năm 1958 một nghiên cứu được bắt đầu trên 231 người trưởng thành sống gần đường cao tốc tại một thị trấn ở Thụy Sĩ. Vào năm 1961, 59 trong số 231 người được điều trị bằng chelat EDTA. Quá trình 18 năm theo dõi xác nhận rằng chỉ có một trong số 59 bệnh nhân điều trị với chelat EDTA chết

vì ung thư (1,7%) trong khi 30 trong tổng số 172 người không được điều trị (17,6%) đã chết vì ung thư. Theo hiểu biết của tôi đây là nghiên cứu duy nhất của loại hình này. Nó cho thấy rằng chelat EDTA có thể làm giảm nguy cơ mắc ung thư đến 90%.

Tại Utopia tôi cho bệnh nhân ung thư chelat để tăng nồng độ canxi huyết thanh cũng như tăng dòng ô-xy qua cơ thể. Nhiều người đang hành nghề sẽ nói chelat làm giảm canxi trong huyết thanh. Đúng. Nhưng những gì họ không nhận thức được là canxi huyết thanh sụt giảm, tuyến cận giáp được kích thích để tiết calcitonin rất quan trọng cho dạ dày hấp thụ canxi.

Có bao giờ bạn tự hỏi tại sao người Mỹ có tỉ lệ loãng xương cao như vậy mặc dù được ép ăn nhiều thực phẩm bổ sung canxi? Hấp thu canxi cần thiết hơn là chỉ cung cấp canxi [cho cơ thể]... Do đó, ảnh hưởng sâu rộng của điều trị chelat EDTA là đảo ngược bệnh loãng xương và tạo thuận lợi cho dạ dày – ruột hấp thu canxi. Đây là một thành tố quan trọng cho một hệ miễn dịch mạnh mẽ đã được nha sĩ nổi tiếng Weston Price xác định trong những năm 1910.

Chelat uống có thích hợp không?

Tôi thường được hỏi điều trị chelat uống có tốt như liệu pháp chelat truyền tĩnh mạch không. Câu trả lời của tôi là không bởi vì chúng ta không hấp thụ được 100% những gì chúng ta ăn vào mà chỉ hấp thụ được khoảng 5%. Bạn sẽ không thể hấp thụ đủ EDTA qua đường ruột để tạo sự khác biệt lâm sàng đáng kể. Ngoài ra, các nguyên tố liên kết với EDTA đã có sẵn trong hệ thống dạ dày, ruột của chúng ta. Sự liên kết của các nguyên tố đó với EDTA ngăn cản sự hấp thụ của nó.

Còn viên đặt EDTA thì sao?

Đây là một cách nữa để nhận EDTA vào hệ tuần hoàn. Thật không may, khi đặt 1 viên thì việc hấp thụ diễn ra với nhịp

độ lộn xộn. Việc hấp thu quá nhanh gây ra sụt giảm sâu canxi huyết thanh và các biến chứng do tình trạng canxi trong máu giảm bất thường (canxi thấp), nghĩa là các bất thường về tim, cơ bắp đau/nhức, v.v...

Những câu hỏi nào tôi phải hỏi bác sĩ về liệu pháp chelat?

1. Bác sĩ thực hiện bao nhiêu EDTA?

Đáp: Nếu bệnh nhân khỏe, sẽ phải khoảng ba gram.

2. Mỗi đợt kéo dài bao lâu?

Đáp: Tối thiểu phải hai tiếng rưỡi.

Lưu ý: Nếu bác sĩ nói một tiếng rưỡi đến hai tiếng, thì hỏi có phải bác sĩ dùng "nửa liều" không. Tôi không bao giờ dùng nửa liều theo tiêu chuẩn của tôi.

3. Làm thế nào bác sĩ đưa ra số đợt mà tôi cần?

Đáp: Ở Utopia chúng tôi sử dụng các nghiên cứu mạch máu ngoại biên hoặc các nghiên cứu mạch máu khác.

4. Làm thế nào để biết chelat có hiệu quả với tôi?

Đáp: Tại Utopia chúng tôi lặp đi lặp lại xét nghiệm mạch máu ngoại biên khoảng 25-30 liệu pháp. Thử nghiệm không đầy đủ sẽ mang lại kết quả kém. Các biện pháp tự nhiên đòi hỏi thời gian để có tác dụng.

5. Cách bao lâu tôi lại có thể làm chelat?

Đáp: Tại Utopia hầu hết chúng tôi làm ba lần mỗi tuần để chắc chắn có ít nhất 24 giờ cách quãng giữa các đợt.

6. Nếu tôi có bệnh thận thì sao?

Đáp: Chelat vẫn có thể được thực hiện, nhưng nó đòi hỏi thận trọng hơn với việc lượng máu lưu thông thường xuyên hơn.

Kết luận: Tôi cho rằng liệu pháp chelat là một yếu tố chủ chốt trong việc duy trì một cơ thể khỏe mạnh.

Về độc tính kim loại nặng thì như thế nào?

Tôi nói với bệnh nhân của mình rằng sự tích tụ kim loại nặng – thạch tín, cadimi, chì và thủy ngân – trong cơ thể chúng ta có khả năng gây hại và nguy hiểm. Kim loại nặng có thể gây ra rối loạn chức năng hệ thống thần kinh trung ương và ngoại biên. Thật đáng tiếc, các bác sĩ chính thống không được đào tạo về sự nguy hiểm của nhiễm độc kim loại nặng.

Một trong những câu hỏi thường gặp nhất là: "Làm thế nào tôi xác định được là mình bị nhiễm độc kim loại nặng?" Nhiều người đang hành nghề dựa vào phân tích tóc để quyết định một bệnh nhân có độc tố kim loại nặng hay không. Vấn đề lâm sàng lớn nhất mà tôi có được với phân tích tóc là một số người đang hành nghề hiểu lầm, hoặc không diễn giải được chính xác các kết quả xét nghiệm. Nếu phân tích tóc của bạn xác nhận mức độ kim loại nặng tăng cao có nghĩa là cơ thể của bệnh nhân có thể cô lập và bài tiết kim loại nặng đặc biệt đó ra thông qua nang lông. Nói cách khác, khả năng giải độc kim loại nặng của cơ thể một người bình thường dẫn đến mức kim loại nặng cao khi xác định bằng cách phân tích tóc.

Vấn đề thứ hai mà tôi có được với phân tích tóc là không có định lượng mức huyết thanh (máu) tác động trực tiếp hơn đến sức khỏe. Tại Utopia chúng tôi ít sử dụng phân tích tóc, và khi trình bày về phân tích tóc thì chỉ như một chứng cứ và bằng chứng giả định về ngộ độc kim loại nặng hoặc nhiễm độc, chúng tôi tìm kiếm xác nhận từ các nghiên cứu mẫu máu và nước tiểu.

Vậy, cách thích hợp để đánh giá độc tố kim loại nặng là gì? Lý tưởng nhất, tôi thích một mẫu máu và mẫu nước tiểu để xác

nhận mức gia tăng độc tố. Thực tế, phân tích máu về ngộ độc kim loại nặng về cơ bản là đắt hơn nước tiểu. Trong giai đoạn nhiễm độc cấp tính, đánh giá về máu và nước tiểu ban đầu sẽ khẳng định mức độ gia tăng độc tố.

Đối với những trường hợp này chúng tôi điều trị bệnh nhân với tác nhân chelat phù hợp: DMPS hoặc DMSA cho thủy ngân; EDTA cho tất cả khác kim loại nặng và Desferal cho sắt. Việc này được tiến hành vào khoảng thời gian cần thiết, theo đề nghị những phân tích máu và/hoặc nước tiểu định kỳ.

Như các bạn đã biết, mọi người cảm thấy mệt mỏi khi lần đầu tiếp xúc với kim loại nặng, ví dụ như chì. Họ cảm thấy mệt vì mức độ độc trong máu (huyết thanh) khiến cho chúng ta cảm thấy không khỏe. Đây là giai đoạn cấp tính. Trong một nỗ lực để bảo vệ khỏi tổn thương này, cơ thể lưu giữ các kim loại nặng trong tế bào.

Trong thời gian cơ thể lưu giữ, khi các kim loại nặng thâm nhập vào các tế bào thì sẽ xảy ra thiệt hại thực sự. Khi cơ thể vận chuyển các kim loại nặng từ máu vào tế bào, mức độ độc hại trong máu giảm và bệnh nhân cảm thấy khỏe hơn. Khả năng cơ thể lưu giữ là rất sâu nên khi thực hiện phân tích máu nó có thể xác nhận mức độ không có độc hại. Tuy nhiên, bệnh nhân đang thực sự bị nhiễm độc nghiêm trọng. Mặc dù không có triệu chứng lâm sàng, nhưng những hiệu ứng thần kinh sâu kín có thể chưa hiện rõ.

Đây là vấn đề nan giải đã thấy với nhiễm độc chì từ những năm 1950. Trẻ em ăn sơn nền chì, chúng đưa đồ vật vào miệng, và lúc đầu chúng sẽ cảm thấy mệt mỏi. Nếu đưa ngay đến bác sĩ để thử máu cho đứa trẻ thì sẽ cho thấy rõ mức chì trong máu gia tăng. Cần phải điều trị ngay.

Tuy nhiên, nếu kiểm tra một vài tuần hoặc vài tháng sau đó, xét nghiệm máu của đứa trẻ sẽ cho thấy không có nhiễm độc

chì. Những biểu hiện lâm sàng trẻ sẽ thể hiện hồi phục từ giai đoạn cấp tính mà không nhận biết được "ốm bệnh". Cũng đứa trẻ đó, sau một năm hoặc hơn sẽ bắt đầu có các triệu chứng lâm sàng về gia tăng mức độ chì trong tế bào. Điều này sẽ xuất hiện tổn thương hệ thần kinh và làm chậm khả năng tiếp thu trong học tập của trẻ.

Vậy, cách thích hợp để đánh giá độc tố kim loại nặng ngấm sâu là gì? Đầu tiên, phải có một lịch sử về sự hiện diện của kim loại nặng. Thứ hai, thường có một số thay đổi về thần kinh liên quan với sự lộ diện của độc tố ngấm sâu cần được khẳng định trong kiểm tra sức khỏe. Tôi nói "thường thường" bởi ở Mỹ hầu hết các bác sĩ bỏ qua ngộ độc kim loại nặng cho đến khi nó có triệu chứng lâm sàng, tức là có biểu hiện rõ ràng. Do đó đối với biểu hiện cho thấy kim loại nặng đã ngấm sâu, chúng tôi đánh giá mức độ lưu trữ kim loại nặng trong tế bào bằng cách tiến hành xét nghiệm kiểm tra.

Làm xét nghiệm kiểm tra như thế nào?

Chúng tôi lấy mẫu máu và mẫu nước tiểu của bệnh nhân rồi gửi đi phân tích trong phòng thí nghiệm tất cả các kim loại nặng, không chỉ chì và thủy ngân. Cho dù mẫu thử nước tiểu và máu đầu tiên xác nhận các kim loại nặng có gia tăng hay không, thì bệnh nhân vẫn được bắt đầu tác nhân chelat thích hợp. Sau khoảng năm đợt chelat, lại lấy máu và nước tiểu gửi đi phân tích.

Mục đích của liệu pháp năm chelat là giúp chiết xuất các kim loại nặng từ bên trong các tế bào của cơ thể. Khi các kim loại nặng được chelat từ bên trong các tế bào, bệnh nhân thường bắt đầu cảm thấy mệt mỏi như khi họ đang trong giai đoạn cấp tính. Dần dần, bệnh nhân sẽ cảm thấy khỏe hơn. Bệnh nhân được điều trị chelat cho đến khi phân tích máu và nước tiểu khẳng định các kim loại nặng trong cơ thể rất thấp hoặc không

tồn tại. Một xét nghiệm kiểm tra phải mất khoảng hai đến ba tuần. Kết quả thử nghiệm kim loại nặng thường mất khoảng hai tuần.

Tác nhân chelat là gì?

EDTA (Ethylene Diamenetretracetic Acid) đã được thảo luận ở trên, không có mức chì an toàn trong cơ thể con người. Chelat EDTA phải được thực hiện dưới sự giám sát của chuyên gia y tế có kinh nghiệm. Các triệu chứng của nhiễm độc chì bao gồm: đau bụng, mất nhận thức, thần kinh ngoại biên, đau khớp, rối loạn chức năng sinh dục và thiếu máu.

DMPS (dimercapto propane sulfonic acid), ngoài liên kết thủy ngân nó rất hữu ích cho ta-li, đồng, thạch tín và chì. DMPS hòa tan trong nước, phần lưu huỳnh của DMPS làm nước tiểu có mùi như trứng thối. DMPS cần được chuyên gia y tế có kinh nghiệm xác định liều lượng và chỉ được sử dụng khi có giám sát chuyên nghiệp. DMPS có thể làm dưới dạng viên đặt, do đó nó là thuốc ưa thích của tôi khi điều trị trẻ em được chẩn đoán mắc chứng tự kỷ.

DMSA (dimercapto succinic acid). Đó là một chelat thủy ngân hòa tan trong nước chuyên biệt dùng cho đường uống, tiêm tĩnh mạch hoặc đặt. DMSA có thể mua theo đơn bác sĩ, tuy vậy, cũng dùng được như một cách bổ sung chế độ ăn uống. DMSA phải được một chuyên gia y tế có kinh nghiệm xác định liều lượng và chỉ được sử dụng khi có giám sát chuyên nghiệp.

Desferal là một tác nhân chelat-sắt. Có thể thực hiện tiêm bắp, tiêm dưới da hoặc tiêm tĩnh mạch. Tác dụng phụ của Desferal bao gồm: thay đổi thị giác, thính giác bất thường, tăng nhịp tim, môi hoặc móng tay màu xanh, tiêu chảy, chuột rút, thở khò khè, nghẹt mũi và khó thở. Desferal không được chỉ định cho người được chẩn đoán vốn thừa sắt trong cơ thể.

FDA chấp thuận D-Penicillamine như một loại thuốc giải độc cho nhiễm độc đồng và cũng liên kết thủy ngân. D-Penicillamine phải được một chuyên gia y tế có kinh nghiệm xác định liều lượng và chỉ được sử dụng khi có sự giám sát chuyên nghiệp.

Về hỗn hợp trám hàn có thủy ngân thì sao?

Hỗn hợp trám hàn đưa ra một tình huống khó xử khác. Để loại bỏ chúng một cách chính xác, bạn cần phải tìm một nha sĩ sinh học có năng lực. Hầu hết các nha sĩ không được đào tạo để hiểu được thiệt hại tiềm tàng họ đang gây ra bằng cách sử dụng thủy ngân trong hỗn hợp trám hàn. Họ cũng không được đào tạo về cách loại bỏ chúng. Điều này có thể rất nguy hiểm cho sức khỏe của bạn.

Bác sĩ Hal Huggins là một chuyên gia thực sự về độc tố nha khoa, ông có một định chế đặc biệt để loại bỏ hỗn hợp thủy ngân một cách an toàn. Hầu hết các nha sĩ không nhận thức được điều đó. Mỗi hỗn hợp trám thủy ngân tạo ra một điện áp có thể đo được. Bác sĩ Huggins phát minh ra một máy gọi là "amalgameter" để đo điện áp này. Đáng tiếc là FDA không nhìn thấy giá trị ở máy của bác sĩ Huggins và có vẻ đã tạo khó khăn cho bác sĩ Huggins.

Tôi đã loại bỏ tất cả các hỗn hợp thủy ngân của tôi và thay thế bằng vật liệu tổng hợp. Bill cũng vậy, cũng như vợ tôi và con cái chúng tôi.

Bệnh nhân thường hỏi: "Những yếu tố tổng hợp nào tốt cho tôi?" Tôi khuyên rằng các bệnh nhân có các yếu tố "thử nghiệm cơ bắp" (chuyển động cơ bắp học ứng dụng) khác nhau để giảm thiểu tính không tương thích sinh học hoặc sinh lý.

Về trám hàn ống tủy răng thì sao?

Tôi khuyên tất cả các bệnh nhân ung thư của tôi, hoặc bị bệnh mãn tính khác, nhổ bỏ tất cả răng trám hàn ống tủy. Tôi tin rằng ức chế miễn dịch và các chất độc nghiêm trọng từ trám hàn ống tủy răng vượt quá xa thẩm mỹ và niềm tin giáo điều của các nha sĩ và ngành điều trị tủy răng rằng một chiếc răng đã chết đáng để giữ lại.

Chỉ định chung

Tôi luôn luôn thảo luận với bệnh nhân của mình những khía cạnh quan trọng nhất để duy trì sức khỏe của họ. Có ba khía cạnh quan trọng: thành phần cảm xúc, thành phần thể chất, và thành phần xã hội. Nếu một hoặc nhiều trong số này bị yếu, thì sức khỏe nói chung khó duy trì.

Cảm xúc. Tìm một sự cân bằng tạo ra cộng hưởng với môi trường của bạn. Một trong những cách tốt nhất là tìm một mục đích sống. Đối với những bệnh nhân đang suy nghĩ về việc nghỉ hưu, tôi luôn luôn khuyên họ hãy tìm một mục đích. Những người về hưu thiếu mục đích sống dường như có suy nghĩ tiêu cực.

Thể chất. Có nhiều yếu tố cần thiết: chế độ ăn thiên về kiềm; chất bổ sung được thiết kế để truyền sức mạnh cho hệ miễn dịch (xem Chương 5); giải độc bằng việc làm sạch gan, rửa túi mật và rửa ruột; liệu pháp chelat; và thường xuyên tập thể dục cơ bản.

Cuộc sống xã hội. Hãy vui chơi. Cuộc đời rất ngắn ngủi. Tận hưởng cuộc sống khi bạn còn có thể. Hãy tập hợp quanh bạn những người sống tích cực – hài lòng với cuộc sống thực tại.

Lời khuyên khi chia tay: Khi tìm kiếm bất kỳ bác sĩ hoặc nhân viên chăm sóc y tế nào thì hãy tìm kiếm người sẽ đối xử với bạn như thể bạn là thành viên của gia đình họ. Làm thế nào để làm điều đó? Hãy tin trực giác của bạn. Trực giác luôn luôn đúng.

Cảm ơn bạn đã đọc cuốn sách này. Hãy đọc những cuốn sổ tay về *phòng ngừa* và *điều trị* ung thư và bệnh suy thoái khác với *chế độ ăn và tập luyện* đúng đắn. Đừng trở thành nạn nhân.

Nếu bạn hay người thân hay bạn bè bị *đau lưng* hay *tiểu đường*, bạn cũng hãy đọc những cuốn sổ tay đó.

Nếu bạn đang trong cuộc chiến sống còn với ung thư, chúng tôi hi vọng rằng chúng tôi đã trao cho bạn *vũ khí và niềm tin*.

Thượng đế phù hộ cho bạn sống lâu và mạnh khỏe!!

Bác sĩ Carlos M. Garcia

Trung tâm Utopia Wellness

http://www.UtopiaWellness.com

Clearwater, Florida

Bill Henderson

Tác giả *Cứu chữa ung thư của bạn* và *Thoát khỏi ung thư*

Website http://www.Beating-Cancer-Gently.com

Email uhealcancer@gmail.com

PHỤ LỤC A

CÁC NGUỒN TÀI LIỆU

Dưới đây là bản tóm tắt nguồn tài liệu đề cập trong cuốn sách này và một số sách đáng quan tâm khác cho các bạn muốn tìm hiểu thêm.

1. *Cancer Is Curable NOW* – là đĩa DVD dài 2 tiếng, xuất bản 2011 của Marcus Freudenmann.

DVD tuyệt vời này sẽ cung cấp cho bạn tất cả vũ khí bạn 1 để thuyết phục những người thân yêu của bạn rằng những gì bạn đang làm về ung thư của bạn là hợp lý và sẽ chữa khỏi cho bạn. 30 chuyên gia (trong đó có Bill) cho bạn biết về chữa ung thư bằng cách sử dụng phương pháp tự nhiên. Nhiều người trong số họ là các bác sĩ điều hành nhiều phòng khám/bệnh viện trên toàn thế giới. Trong lúc bạn đọc cái này, bộ phim này có thể được chiếu tại các rạp. Bạn có thể đặt nó ngay bây giờ ở http://CancerIsCurableNow.tv/?a=56.

2. *The Only Answer to Cancer – Defeating the Root Cause of All Disease*, xuất bản 2010 của bác sĩ Leonard Coldwell.

Bác sĩ Coldwell đã biên soạn một nguồn thông tin tuyệt vời về chữa bệnh ung thư toàn diện. Phần thứ hai của cuốn sách là một loạt các bài báo tuyệt vời của các chuyên gia khác nhau.

3. *The Definitive Guide to Cancer – An Integrative Approach to Prevention, Treatment and Healing,* xuất bản 2010 của Lise N. Alschuler và Karolyn A. Gazella.

Nếu bạn muốn có một cuốn bách khoa toàn thư chi tiết về tất cả các loại nguyên nhân ung thư và phương pháp điều trị, thì đây chính là cuốn sách đó. Cuốn sách tổ chức và dẫn chứng tài liệu rất tốt. Chỉ có một sai sót: Họ thảo luận về nguyên nhân nhưng lại không đề cập đến độc tố nha khoa, nguyên nhân phổ biến nhất của tất cả các bệnh ung thư.

4. *Rescued By My Dentist – New Solutions to a Health Crisis,* xuất bản năm 2009 của Nha sĩ Douglas L. Cook.

Trong 55 năm, bác sĩ Cook đã chữa cho mọi người bằng cách làm sạch hàm của họ. Nhiều bệnh nhân và hình ảnh chữa bệnh sẽ thuyết phục bạn để tìm một nha sĩ tốt.

5. *The Roots of Disease – Connecting Dentistry and Medicine,* bản quyền 2002 của Nha sĩ Robert Kulacz và Bác sĩ, Tiến sĩ Luật Thomas E. Levy.

Đây chỉ là cuốn sách khác mà bạn cần về độc tố nha khoa và tất cả các loại bệnh suy thoái. Bác sĩ Kulacz đã bị làm phiền nhiều sau khi công bố tài liệu này về bảy năm chữa bệnh của ông bằng cách sửa chữa sai lầm của các nha sĩ khác. Ông đã phải thay đổi tên, bỏ nghề và cùng gia đình trốn đi. Đây là cuốn sách bạn nên đọc – dù bạn bị ung thư hay không.

6. *Outsmart Your Cancer – Alternative Non-toxic Treatments That Work,* xuất bản năm 2009 của Thạc sĩ Tanya Harter Pierce, MFCC.

Tanya Pierce là một nhà văn và nhà nghiên cứu tuyệt vời. Cuốn sách này mô tả thực sự toàn diện về rất nhiều phương pháp điều trị ung thư tự nhiên phổ biến. Bà đã cống hiến bốn chương hoàn chỉnh về Protocel VÀ bà có nguyên một chương về "Độc tố răng".

7. *Defeat Cancer – 15 Doctors of Integrative and Naturopathic Medicine Tell You How,* xuất bản năm 2011 của Connie Strasheim.

Một cuốn sách rất hữu ích để đánh giá phòng khám ung thư. Bà Strasheim đã đi khắp thế giới để phỏng vấn người đứng đầu của các phòng khám điều trị ung thư tự nhiên tốt nhất mà bà tìm thấy. Bà đã khéo léo sửa đổi nội dung phỏng vấn của họ thành một bản kê những gì phòng khám của họ làm. 11 bác sĩ trong các bác sĩ là những bác sĩ đã thoát ra khỏi khuôn mẫu của y học đối chứng.

8. *Accidental Cure – Extraordinary Medicine for Extraordinary Patients,* xuất bản năm 2010 của bác sĩ Simon Yu. Trang web: http://PreventionAndHealing.com.

Đây là cuốn sách của vị bác sĩ chúng tôi đã mô tả ở Chương 6. Một cuốn sách tuyệt vời.

9. *Extraordinary Healing – How the discoveries of Mirko Beljanski, the world's first green molecular biologist, can protect and restore your health,* xuất bản năm 2011 của Tiến sĩ, bác sĩ L. Stephen Coles.

Như chúng ta đã thảo luận trong Chương 7, bác sĩ Coles đã làm được một việc tuyệt vời mô tả sự phát triển của Prostabel, Ladybel và các sản phẩm khác từ nhà nghiên cứu Beljanski.

10. Tiến sĩ Ralph W. Moss. Trang web:

http://CancerDecisions.com

Với lượng thông tin về bệnh ung thư phong phú, bạn không thể thắng nổi trang web của Ralph Moss. Bài viết, blog, báo cáo

chi tiết về mỗi loại ung thư, tất cả các loại điều trị thay thế – tất cả đều ở trang web. Bác sĩ Moss cũng đã viết 10 cuốn sách về ung thư.

11. *Bản tin Alternatives* của bác sĩ David G. Williams. Trang web: www.DrDavidWilliams.com

Bác sĩ Williams có nhiều nghiên cứu được trích dẫn hầu khắp trong sách này. Trong hơn 27 năm ông đi khắp thế giới nghiên cứu cách chữa bệnh tốt nhất cho các bệnh phổ biến. Trang web có đầy đủ các bản tin của ông và được sắp xếp theo chủ đề.

12. *World Without Cancer – The Story of Vitamin B17*, của G. Edward Griffin, cập nhật tháng 2 năm 2010.

Nửa đầu cuốn sách trình bày chi tiết và chú giải lịch sử của Laetrile (vitamin B17) và việc sử dụng trong điều trị ung thư. Sách mô tả cặn kẽ việc ngăn chặn hợp chất này của Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm (FDA) và "đe dọa cyanide" dùng để biện minh. Nửa sau của cuốn sách bao gồm "Đòn phép Điều trị Ung thư" (The Politics of Cancer Therapy). Tác giả mô tả âm mưu lôi kéo người Mỹ có thế lực, Sĩ quan quốc xã của nước Đức và công nghiệp dược nói chung. Đây là cuốn sách rất hay nhưng gây nhiều tranh cãi. Thêm thông tin về Laetrile/ Amygdalin/B17, xem Chương 7.

13. *The Healing of Cancer*, xuất bản năm 1989 của Barry Lynes.

Vạch trần không kiêng dè lịch sử 50 năm chính giới y học đàn áp những phương pháp điều trị ung thư thay thế. Nhà báo Mỹ Barry Lynes bàn luận nhiều phương pháp điều trị thay thế khác nhau trong bài phân tích sắc sảo này.

14. *Creating Health – How to Wake Up The Body's Intelligience*, xuất bản năm 1987 của bác sĩ Deepak Chopra. Trang web: http://www.chopra.com

Đây là cuốn sách "đột phá" của bác sĩ Chopra – lần đầu tiên ông đã tạo ra sự hiểu biết mới mẻ về sức khỏe, ốm đau và sức mạnh chữa trị của tinh thần. Ông có hơn 25 đầu sách được dịch ra 35 thứ tiếng cộng với hơn 100 tập băng audio và video. Năm 1999, tạp chí *Times* (Time Magazin) đã chọn ông là một trong *Top 100 thần tượng và anh hùng của Thế kỷ* (Top 100 Icons and Heroes of The Century). Bạn sẽ hiểu được công việc về sau của ông tốt hơn nếu bạn đọc cuốn sách này trước. Giờ đây lý thuyết của ông về sự tương giao tinh thần và thể xác đã được minh chứng. Bằng chứng khoa học được kể đến ở cuốn tiếp theo trong danh sách này.

15. *The Balance Within – The Science Connecting Health and Emotions*, xuất bản năm 2000 của bác sĩ Esther M. Sternberg.

Bác sĩ Sternberg là một chuyên gia hàng đầu về sự tương giao của nội tiết và hệ miễn dịch với những tài liệu tin cậy ấn tượng. Bà dẫn chúng ta đi từ y học cổ Hy Lạp, đến những trường y thủa xưa ở Padua, đến nghiên cứu hiện đại ở Montreal và Mỹ. Bà mô tả rõ ràng làm thế nào để chúng ta đánh giá đúng sinh lý của áp lực *(stress)*, tinh thần ảnh hưởng lên cơ thể ra sao và cơ thể tác động lên tinh thần như thế nào. Bác sĩ Sternberg là một trong những nhà khoa học hàng đầu thế giới trong lĩnh vực nghiên cứu này trong ít nhất là một thập niên, dẫn dắt đến những hiểu biết và phương pháp điều trị mới mẻ về các bệnh liên quan đến áp lực trong cuộc sống hiện đại.

16. American Holistic Health Association, P. O. Box 17400, Anaheim, CA 92817. Phone: (714) 779-6152. Trang web: http://ahha.org/ahhasearch.asp

Tại trang web này, bạn có thể nhập tìm các tiêu chí (mã số bưu điện, mã số vùng điện thoại, bang, đặc biệt,…) và lấy danh sách các bác sĩ "toàn diện" với chuyên ngành của họ ở nơi bạn sống.

17. American Holistic Medical Association. Trang web:

http://www.holisticmedicine.org/

Bạn có thể nhập mã số bưu điện và tìm thấy thông tin về những thành viên gần nơi bạn nhất.

18. The Simonton Cancer Center.

Trang web: http://www.simontoncenter.com/

Bác sĩ Simonton nổi tiếng vì những nghiên cứu tiên phong trong việc sử dụng sức mạnh tinh thần để vượt qua ung thư và các bệnh khác. Có thể bạn sẽ muốn đọc cuốn *Khỏe mạnh trở lại* (Getting Well Again) của ông. Sách bao gồm những quá trình tinh thần cốt yếu trong phục hồi ung thư cấp, giai đoạn cuối và những bệnh nghiêm trọng khác.

19. WebMD Health. Website: http://my.webmd.com

Một trang *rất* toàn diện bao trùm tất cả các lĩnh vực về chăm sóc sức khỏe – chính thống và thay thế/bổ sung. Trang web này là một ví dụ tuyệt vời về thông tin có trên mạng. Tìm kiếm, phòng chat, tìm kết quả,… Tất cả đều hoàn thiện và *đầy đủ*. Đây cũng là ví dụ về một trong *những lý do chính mà tôi viết cuốn sách này*. Những người không có chuyên môn cần sự hướng dẫn sử dụng khối lượng thông tin khổng lồ hiện có.

20. American Diabetes Association.

Website: http://diabetes.org

Một trang web toàn diện cho bệnh nhân tiểu đường. Nó bao gồm cả tiểu đường Loại 1 và Loại 2. Nhấn mạnh về *chế độ ăn và tập luyện*. Nếu bạn bị tiểu đường hoặc nghi ngờ bị thì *hãy vào trang web này*.

21. *The Complete Encyclopedia of Natural Healing*, của Gary Null, cập nhật 2010.

Gary Null cập nhật cuốn sách tham khảo này từ khi xuất bản lần đầu năm 1988. Sách được một chuyên gia viết cho người không chuyên. Sắp xếp danh mục theo đau ốm, nên bạn có thể xem bạn ốm vì bệnh gì – hen, tim, khớp, tiểu đường, dị ứng, ung thư, v.v... – và lấy vitamin hay thảo dược nào giúp cho bệnh đó.

22. *Racketeering in Medicine: The Suppression of Alternatives*, của James P. Carter, tháng 9 năm 1992.

Carter mô tả chi tiết bằng cách nào trong nhiều năm AMA, FDA và công nghiệp dược đã cố không tin phương pháp điều trị thay thế rẻ hơn, ít can thiệp hơn và thường là hiệu quả hơn. Ông không kích động vấn đề mà chứng minh bằng dẫn chứng các cơ quan y tế chính phủ hiện đại có quyền lợi bất di bất dịch như thế nào trong việc ngăn cản những phương pháp điều trị này và đảm bảo người dân bình thường không bao giờ biết về những phương pháp điều trị ấy.

23. *Options – The Alternative Cancer Therapy Book*, xuất bản năm 1993 của Richard Walters, do Avery xuất bản.

Là một chỉ dẫn toàn diện tất cả các hình thức điều trị ung thư thay thế được biết đến vào thời điểm xuất bản sách (1993). Walters dẫn chứng đầy đủ 28 phương pháp điều trị đó. Chi tiết hơn những gì tôi có thể làm trong cuốn sách này, ông đưa ra việc cấm đoán những phương pháp điều trị có giá trị là hành động phổ biến của "chính giới" ung thư Hoa Kỳ trong ít nhất là 60 năm vừa qua.

24. Lorraine Day, M.D. Trang web: http://www.drday.com

Bác sĩ Day là bác sĩ phẫu thuật chỉnh hình. Bà có 15 năm làm việc trong khoa của Trường Tổng Hợp California (University of California) tại Trường Đại học Y San Francisco (San Francisco School of Medicine). Bà đồng thời Phụ trách Phẫu thuật Chỉnh

hình tại Bệnh viện Đa khoa San Francisco (San Francisci Gieneral Hospital).

Tại trang web của bà, bạn có thể mua băng video mô tả bà đã tự chữa ung thư vú di căn như thế nào. Có những hình ảnh nổi bật về *khối u cỡ trái bưởi* nhô lên từ ngực bà. Rất nhiều băng video của bà về ung thư có thể mua tại trang web. Tiêu đề của video sẽ cho bạn ý tưởng về *thông điệp chữa khỏi bệnh tuyệt vời* của bà:

"Ung thư không còn làm tôi sợ hãi nữa"

"Thuốc không bao giờ chữa khỏi bệnh"

"Bệnh tật không đến tình cờ" và

"Phân loại qua mê cung y tế thay thế"

Đừng bỏ lỡ trang web này.

25. The Cancer Cure Foundation. http://cancure.org

Khi đọc xong cuốn sách này, bạn phải khám phá trang web của công ty. Đó là tổ chức phi lợi nhuận chuyên cung cấp thông tin về các liệu pháp điều trị ung thư thay thế. Tại trang web, bạn sẽ tìm thấy mô tả chi tiết về vô số phòng khám khắp nơi trên thế giới. Chúng được chia ra thành "Phòng khám ở Mỹ", "Phòng khám ở Mexico" và "Phòng khám ngoài Mỹ và Mexico". Họ yêu cầu phản hồi của người sử dụng và hiển nhiên là họ sử dụng. Họ làm vậy từ 1976, nhưng đáp ứng dịch vụ rất hiệu quả. Hãy vào trang http://cancure.org

26. Annie Appleseed Project.

Một phụ nữ tuyệt vời. Bà thu hút cảm hứng của tất cả bệnh nhân ung thư bằng cách rất sôi nổi và khích lệ. Trong trang web của bà, giữa hàng tá nguồn thông tin khác nhau, bạn sẽ đọc được nhật ký ba tuần của bà về điều trị thành công ung

thư vú tại phòng khám Gerson ở Tijuana, Mexico. Bà vận động liên tục cho nghiên cứu hơn nữa y tế bổ sung & thay thế (Complementary & Alternative Medicine – CAM). Bà đấu tranh cho quyền lợi của bạn. Đừng bỏ lỡ trang:

http://www.AnnieAppleseedProject.org

27. Dr. Ron Kennedy's web site.

Trang web tuyệt vời của bác sĩ này chứa đựng tóm tắt bách khoa toàn thư của tất cả phương pháp điều trị thay thế. Thậm chí có cả phương tiện từ đó bạn có thể đăng nhập mã bưu điện và lấy danh sách bác sĩ hoặc nha sĩ trong một hoặc nhiều chuyên ngành "thay thế" trong vùng bạn sống.

http://www.medical-library.net/sites/adjunctive_therapies_for_cancer.html

28. Insulin Potentiation Therapy (IPT).

Nếu bạn bị ung thư, bạn nên xem xét dạng hóa trị liều thấp này. Phản ứng phụ tối thiểu và hiệu quả hóa trị mạnh lên hàng ngàn lần nhờ sử dụng insulin 30 phút trước khi dùng hóa chất (liều rất nhẹ). Trang web này có danh sách tất cả các bác sĩ có năng lực trong phương pháp điều trị quan trọng này.

http://iptforcancer.com;

Trang khác có rất nhiều thông tin về IPT là: http:/iptq.com

29. Art Brown's web site.

Art Brown viết một cuốn sách giống của tôi. Ông là người hăng hái tham gia nhiều diễn đàn trực tuyến liên quan đến điều trị ung thư. Art là cựu nhân viên của Quỹ tài trợ Cứu chữa Ung thư (Cancer Cure Foundation). Trang web của ông là:

http://www.alternative-cancer.net

30. National Cancer Research Foundation.

Tại trang web thú vị này của Fred Eichhorm bạn sẽ tìm thấy rất nhiều giấy chứng nhận của các bệnh nhân ung thư sống sót – từ các loại ung thư. Fred lao động nặng nhọc và lấy chút ít tiền để giúp chữa bệnh cho rất nhiều bệnh nhân ung thư. Trang web của ông là: http://www.ncrf.org

31. CancerEducation.com

Đây là một trong những trang thông tin ung thư toàn diện nhất. Bạn có thể xem những bài giảng của các chuyên gia ung thư nổi tiếng. Ví dụ: Một slide show 71 phút và bài giảng của bác sĩ William Fair. Bác sĩ William Fair từng là bác sĩ tiết niệu của Trung tâm Ung thư Sloan-Kettering Memorial ở New York trong 18 năm. Ông được chẩn đoán bị ung thư ruột vào đầu những năm 90. Sau hai đợt chạy hóa trị và hai lần tái phát, ông tự chữa bằng các phương pháp "thay thế" và trở thành kẻ quá khích tuyên truyền cho mọi người về sự không thích hợp của phương pháp điều trị ung thư trong hệ thống y tế chính thống.

http://www.CancerEducation.com

32. Life Extension Foundation.

Đây là một trong những nguồn thông tin tốt nhất về phòng ngừa tất cả các bệnh suy thoái kể cả ung thư. Họ xuất bản tạp chí ra hàng tháng và (tất nhiên) một dãy những chất bổ sung. Giá cả không gần với Our Health Coop, nên chỉ nên dùng như nguồn thông tin tham khảo thôi.

http://www.lef.org

33. *Beating Cancer With Nutrition,* cập nhật 2005 của Patrick Quillin.

Một cuốn sách có ích cho các bệnh nhân ung thư hiểu biết lựa chọn chế độ ăn và nhiều thực đơn giúp bạn thực hiện. Cảnh

báo: Pat Quillin không biết về chế độ ăn Budwig pho-mát không kem/dầu hạt lanh (xem Chương 5).

34. *The pH Miracle,* cập nhật 2010 của bác sĩ Robert Young.

Đây là lô-gic nền tảng mà cơ thể cần kiềm hóa để khỏe mạnh.

35. *Lessons From The Miracle Doctors,* cập nhật 2008 của Jon Barron.

Sách điện tử PDF 169 trang gồm thông tin về sức khỏe. Bao gồm các loại đau ốm theo quan điểm CAM. Đọc tóm lược trên Amazon.

36. Gavin Phillips web site.

Gavin là người tham gia tận tụy cứu chữa ung thư thay thế. Trang web miễn phí của ông http://www.cancerinform.org có rất nhiều thông tin cơ bản cho bạn về việc tại sao tất cả chúng ta cần làm đồng-bác sĩ. Trước hết, bạn hãy đọc bài viết của ông đăng trên tạp chí *Clamor* năm 2001. http://www.cancerinform.org/article.html.

Vào xem trang web của Gavin. Bạn sẽ ấn tượng, giống như tôi, cả về kiến thức và sự chân thành của ông trong tranh đấu vì quyền lựa chọn y tế của bạn.

37. Direct Labs – do-it-yourself blood tests

Bạn có thể tự đi làm xét nghiệm máu, kể cả một số xét nghiệm ung thư mà không phải qua bác sĩ lấy "chỉ định" để đến phòng xét nhiệm. Hãy xem tại trang web:

http://www.directlabs.com/

Khi gọi điện thoại cho họ, họ sẽ hướng dẫn bạn đến một phòng xét nghiệm địa phương tại khu vực bạn đang sống để lấy mẫu. Phòng xét nghiệm sẽ thực hiện các xét nghiệm và gửi

kết quả bằng tiếng Anh trực tiếp đến bạn. Nếu muốn, bạn có thể yêu cầu gửi kết quả đến bác sĩ.

38. Natural Solutions Foundation.

Từ năm 2004, bác sĩ Rima Laibow và Thiếu Tướng Albert Stubblebine III (Quân đội Mỹ, đã về hưu) đi khắp thế giới tìm hiểu về tự do lựa chọn chăm sóc sức khỏe. Họ thuyết phục nhiều chính phủ hỗ trợ họ trong cuộc đấu tranh chống lại việc phổ biến những hạn chế chất bổ sung tự nhiên áp đặt bởi EU ở các nước châu Âu. Cái gọi là "Luật dinh dưỡng" (Codex Alimentarius) hạn chế vô lí thực phẩm bổ sung bạn đang dùng có thể sớm tràn đến nước Mỹ. Để giúp họ tránh việc đó, xin hãy đóng góp cho sự nỗ lực của họ tại:

http://www.HealthFreedomUSA.org

39. *Cancer – Step Outside The Box*, của Ty Bollinger.

Sau khi mất đi bảy thành viên trong gia đình vì ung thư, Ty Bollinger quyết định phải làm việc gì đó về tai họa kinh khủng này. Anh đã làm. Cuốn *Cancer – Step Outside The Box* của anh xuất bản năm 2006 và cập nhật bổ sung năm 2011, nổi bật về bàn bạc thấu đáo cả về "bệnh" (chúng tôi muốn gọi là "phản ứng") và phương pháp điều trị.

40. *Reverse Aging* của Sang Whang.

Bạn có muốn kéo dài cuộc sống của mình không? Trong cuốn sách này ông Whang sẽ nói cho bạn biết phải làm thế nào. Đơn giản như uống nước "ion hóa" với độ kiềm hóa cao. Đây là mô tả đầy đủ và thuyết phục nhất về khoa học này mà tôi từng biết.

41. Raymond Francis and The Project to End Disease (TPED)

Raymond Francis có một phong trào trên toàn thế giới được tiến hành gọi là "The Project to End Disease" (Dự án chấm dứt

bệnh tật). Để biết chi tiết về cách bạn có thể giúp đỡ, hãy truy cập vào http://www.TPED.org. Trang web riêng của Raymond là: http://www.BeyondHealth.com. Ông vừa công bố gần đây cuốn sách mới nhất gọi là *Không còn sợ hãi ung thư nữa* (Never Fear Cancer Again).

SỔ TAY 1

NGƯNG LÃO HÓA BẰNG CHẾ ĐỘ ĂN

"Ngày nào đó chúng ta sẽ ngồi vào banquet
vì những hậu quả của chính chúng ta."

ROBERT LOUIS STEVENSON

CHẾ ĐỘ ĂN LÀNH MẠNH

Tất cả chúng ta đều đã đọc về *những chế độ ăn*. Số đông trong chúng ta đã thử một hoặc nhiều chế độ nhưng phần lớn lại *không thành công* về mặt lợi ích lâu dài. Tại sao?

Chế độ ăn bị xem là *tạm thời.* "Tôi sẽ theo chế độ này và giảm 9kg. Thế rồi sao? Để *khỏe mạnh mãi mãi,* bạn đơn giản là phải tuân theo *thói quen ăn* lành mạnh. Không gì có thể tốt hơn. Nếu không tin, hãy hỏi bạn bè của bạn, bảo họ nói cho bạn về chế độ ăn *thường xuyên* giảm xx kg. Hãy tự tìm hiểu.

Còn bây giờ, hãy cứ cho rằng *không có chế độ ăn* nào đáng giá hơn. Thì *Thói quen ăn lành mạnh* là điều chúng ta đang bàn đến.

Đây là hai cuốn sách – chọn lọc từ hàng chục cuốn sách chúng tôi đã đọc về dinh dưỡng và chế độ ăn – nó sẽ giúp bạn nhiều nhất.

"CHẾ ĐỘ ĂN SÁNG SUỐT"

Chúng ta muốn ăn khỏe mạnh. *Mãi mãi.* Điều đó gồm những gì? Chúng tôi đã đưa ra lời khuyên cho bệnh nhân ung thư ở Chương 5, cách đó tốt cho cả người khỏe mạnh. Ngoài ra còn có thêm một mối quan tâm mà bạn cần phải nhận thức được đó là *dị ứng thực phẩm.*

Lời khuyên từ một chuyên gia thực thụ

Trong chương trình phát thanh trên trang web của Bill, ông đã phỏng vấn một trong những người thú vị là *bác sĩ Keith Scott-Mumby.* Một bác sĩ rất có năng lực ở Anh trong 34 năm, bác sĩ Keith chuyển đến Mỹ cách đây vài năm. Tại Anh, ông chuyên về dị ứng thực phẩm. Ông đã điều trị cho hàng ngàn bệnh nhân, giúp họ tìm hiểu dị ứng thực phẩm và đổi mới cuộc sống của họ. Bắt đầu từ năm 1985, ông đã viết *năm cuốn sách* về đề tài này.

Trong cuốn sách mới nhất của ông, *Chế độ ăn sáng suốt – Hãy để cơ thể bạn lựa chọn thực phẩm phù hợp* (Diet Wise – Let Your Body Choose The Food That's Right For You) xuất bản năm 2007, bác sĩ Scott-Mumby tổng hợp tất cả kinh nghiệm của ông trong *một cuốn sách tuyệt vời.* Chỉ một vài ví dụ về kinh nghiệm với bệnh nhân của ông trong cuốn sách này cũng đủ thuyết phục bạn đọc nó.

Một trong những bệnh nhân của ông bị những vấn đề mãn tính về sức khỏe trong 20 năm. Cô ăn một chế độ ăn lành mạnh với *rất nhiều rau.* Khi bác sĩ Keith thuyết phục cô thử quy trình *"chế độ ăn kiểm tra và loại bỏ"* của ông, cô phát hiện ra mình bị *dị ứng với rau diếp!* Khi đã loại bỏ rau diếp khỏi chế độ ăn, tất cả các triệu chứng của cô đã biến mất trong vòng một vài tuần.

Một bệnh nhân khác của ông thấy bị *dị ứng với khoai tây.* Bà nghĩ rằng bà đã loại bỏ chúng hoàn toàn nhưng một số triệu chứng vẫn tiếp tục. Sau một vài thăm dò đã phát hiện ra rằng *viên nén vitamin B6* bà đang dùng hàng ngày có chứa khoai tây như *một phần của "chất kết dính"* trong viên thuốc. Khi bà ngừng dùng thuốc, tất cả các triệu chứng của bà gần như mất ngay lập tức.

Bác sĩ Keith khá chắc chắn, sau kinh nghiệm của ông với *hàng ngàn bệnh nhân,* mà tất cả chúng ta đều có phản ứng dị ứng với ít nhất một loại thức ăn. Một số người trong chúng ta phản ứng với tám hoặc chín loại thực phẩm khác nhau. Phản ứng có thể được kích hoạt bởi những liều nhỏ.

Trong *Chế độ ăn sáng suốt,* ông liệt kê "10 loại" thực phẩm hàng đầu, gây ra phản ứng dị ứng ở hầu hết chúng ta. Đó là: *lúa mì, ngô, trứng, sữa, trà, cà phê, mía đường, men, trái cây họ cam quýt (thường màu cam) và pho-mát.*

Với rất nhiều ví dụ thuyết phục như trên, chúng tôi tin rằng bạn sẽ muốn thử chế độ ăn "kiểm tra và loại bỏ" của ông. Ông giải thích quy trình *rất chi tiết.* Khi bạn đã loại bỏ tất cả các nghi ngờ thông thường trong năm ngày, giai đoạn "kiểm tra" vạch ra cho bạn những thực phẩm đã gây ra những vấn đề trong cơ thể của bạn.

Tôi hi vọng chỉ với tiêu đề của một vài chương trong cuốn sách tuyệt vời này sẽ thuyết phục bạn rằng bạn *phải* đọc nó. Dưới đây là một số chương tiêu đề:

Các truyền thuyết của y học dinh dưỡng
Giải thích bí ẩn hoặc "hiệu quả che đậy"
Các bộ phận quá tải và mục tiêu
Dị ứng não
Tự kiểm kê
Phải làm gì nếu chế độ ăn thành công

Phải làm gì nếu chế độ ăn thất bại
Các tình huống bạn có thể gặp phải trong xóa bỏ ăn kiêng
Rối loạn trao đổi chất glucose (hạ đường huyết)
Kém hấp thu và rò ruột
Nấm candida, nấm men và nấm mốc

Còn nhiều nội dung nữa trong cuốn sách này, trong đó có năm phụ lục với công thức nấu ăn hữu ích, địa chỉ của các đại lý trợ giúp và tài liệu tham khảo.

Làm thế nào để có sách này

Dưới đây là bốn trang web sẽ cung cấp cho bạn nhiều thông tin hơn được bác sĩ Keith Scott-Mumby biên soạn và là nơi bạn có thể mua cuốn *Chế độ ăn sáng suốt* của ông:

http://www.DietWiseBook.com

http://www.Alternative-Doctor.com

http://www.Alternative-Doctor-Radio.com

http://Healing-Devices.com

Bạn sẽ tìm thấy *rất nhiều thông tin* tại các trang web này, bao gồm một cuốn *sách điện tử miễn phí* ở trang web đầu tiên và *những hội thảo hữu tuyến và các bản tin* tại trang web thứ hai. Nếu bạn muốn được dạy về các nguyên nhân thực sự của các vấn đề về thể chất và làm thế nào để chữa khỏi chúng – hoặc tránh xa chúng – bạn sẽ thấy *không ở đâu có nguồn thông tin tốt hơn.*

"TRUNG QUỐC HỌC"

Khi Bill lần đầu tiên đọc cuốn sách *Trung Quốc học* (The China Study) của Tiến sĩ T. Colin Campbell, ông nghĩ *"Chà, rốt cuộc là một cuốn sách dinh dưỡng dựa trên khoa học"*. Ông đã đọc hàng chục cuốn sách dinh dưỡng và chế độ ăn cho đến lúc đó thì *tất cả đều là ý tưởng*. Chúng khác nhau hoàn toàn trong lời

khuyên và bất đồng trên nguyên tắc cơ bản. Thậm chí có nhiều mẫu thuẫn trong những cuốn sách đó. Cuốn sách này thì *khác.*

Tiến sĩ Campbell là giáo sư dinh dưỡng tại Đại học Cornell, trong hơn 40 năm, ông đã đi đầu về nghiên cứu dinh dưỡng. Gia tài *Trung Quốc học* của ông là nghiên cứu toàn diện nhất về sức khỏe và dinh dưỡng từng được thực hiện. Cuốn sách này là đỉnh cao của quan hệ đối tác 20 năm của Đại học Cornell, Đại học Oxford và Viện Hàn lâm Trung Quốc về Y tế dự phòng.

Đừng để việc cuốn sách này là *"dựa trên nền tảng khoa học"* làm bạn mất hứng. Nó được viết bằng một *phong cách rất dễ đọc.* Sự khác biệt với sách khác thuộc loại này là tất cả các kết luận của Tiến sĩ Campbell được *sao lưu với các dữ liệu thống kê.* Phần lớn trong số đó được rút ra từ nghiên cứu 10 năm ông tiến hành ở Trung Quốc và Đài Loan. Hơn *8.000 người dân ở 65 quận* đã tham gia vào nghiên cứu này. Hồ sơ tỉ mỉ lưu giữ về *thức ăn họ ăn và căn nguyên trạng thái sức khỏe.* Nghiên cứu này chỉ là một trong nhiều nghiên cứu khoa học sử dụng cho các kết luận trong cuốn sách này.

Riêng chương của Tiến sĩ Campbell về "Chấm dứt ung thư" đủ làm bạn rất hạnh phúc khi mua và đọc *cuốn sách rất hữu ích* này. Vậy, kết luận của ông là gì? Nguyên lý là *những người ăn ít đạm động vật là những người khỏe mạnh nhất.* Nếu bạn muốn tóm tắt các kết luận của ông, thì đó là năm chữ: *"Thực phẩm – gốc thực vật".*

Trong số các thông tin hữu ích khác cho bệnh nhân ung thư, bạn sẽ phát hiện ra ung thư có thể được *"bật" và "tắt"* chỉ bởi đơn giản điều chỉnh tiêu thụ *các sản phẩm sữa và đạm động vật khác.* Như ông chỉ ra, các nghiên cứu trong phòng thí nghiệm cho thấy *cả hai phần phổ biến này của chế độ ăn kiểu Mỹ gây ra ung thư.* Bằng cách loại bỏ chúng, ung thư sẽ được chữa lành.

Sau khi đọc cuốn sách này, Bill và vợ ông hạn chế ăn đạm động vật (thịt, cá, động vật có vỏ, thịt gà, gà tây, trứng, v.v...), chỉ ăn *một lần mỗi tuần*. Họ đã loại bỏ các sản phẩm sữa.

Có thuyết phục không? Hãy đọc sách và nghiên cứu các số liệu thống kê. Bác sĩ Campbell chứng minh *chắc chắn* rằng hai nguồn đạm – cùng với đường và thực phẩm chế biến – là *nguyên nhân chính của dịch bệnh ung thư* trong cái gọi là những dân tộc "văn minh".

Cuốn sách này xuất bản năm 2006 có sẵn trên mạng Amazon.com và trong hầu hết các cửa hàng sách. Chúng tôi khuyên bạn nên đọc nó để củng cố cam kết thay đổi chế độ ăn *triệt để và lâu dài* để khắc phục hoặc ngăn ngừa ung thư (và tất cả các bệnh suy thoái khác).

Ngoài ra còn có một đĩa DVD cùng chủ đề này của bác sĩ T. Colin Campbell, tác giả *Trung Quốc học*. Đó là phim tài liệu dài 90 phút có tên *Nĩa trên Dao* (Forks Over Knives). Có sẵn trên Amazon.com hay Netflix.

TÂM TRÍ LÀNH MẠNH

Những khám phá gần đây *chứng minh* chính để có một *"mối liên quan tinh thần và thể xác"* thực và chúng ta sẽ trao đổi dưới đây. Bác sĩ Deepak Chopra là tác giả đầu tiên làm rõ mối liên quan này.

Gặp bác sĩ Chopra[1]

Bác sĩ Chopra đến nay đã viết *25 đầu sách* được dịch ra *35 ngôn ngữ*. Ông đã sản xuất *hơn 100* tập audio và video. Năm 1999 tạp chí *Times* đã chọn ông là một trong *"Top 100 thần tượng và anh hùng của thế kỷ"*.

---

[1] Chopra: Deepak Chopra (1947 –) là một tác giả, diễn giả, một bác sĩ về liệu pháp thay thế nổi tiếng người Mỹ gốc Ấn và là một bậc thầy (Guru) thời hiện đại.

Lần đầu Bill tình cờ gặp bác sĩ Chopra trong cuốn sách mang tên *Tạo nên sức khỏe* (Creating Health) khoảng năm 1990. Ngay sau khi đọc cuốn sách đó, vợ Bill là Marge đã đặt mua bộ băng của ông có tên *Cơ thể trẻ mãi, Tinh thần trẻ mãi* (Ageless Body, Timeless Mind). Bill tìm thấy ở ông nguồn trí tuệ tuyệt vời về *những quan hệ nối kết* giữa sức mạnh thể chất, tinh thần, tình cảm và tâm hồn.

Chúng tôi không thể làm tốt hơn những lời nói của ông, vậy chúng tôi xin trích dẫn một số chữ từ cuốn *Tạo nên sức khỏe* (Creating Health).

"Làm thế nào để khỏe mạnh hoàn hảo và cảm thấy trẻ mãi?

SỨC KHỎE LÀ TRẠNG THÁI TỰ NHIÊN CỦA CHÚNG TA. WHO đã định nghĩa sức khỏe là không bệnh tật hoặc ốm yếu – sức khỏe là trạng thái thể chất, tinh thần hoàn hảo và giao tiếp xã hội lành mạnh. Ở đây có lẽ phải cộng thêm tâm hồn lành mạnh, hương vị cho cuộc sống, ý nghĩa về sự hoàn thành và tỉnh thức về sự hài hòa với vũ trụ bao quanh. Đó là trạng thái mà trong đó một người cảm thấy trẻ mãi, vui mãi và hạnh phúc mãi. Trạng thái như vậy không chỉ là ước mong, mà hoàn toàn có thể có. Và không chỉ hoàn toàn có thể có, mà còn dễ đạt được."

Là một *bác sĩ* có kinh nghiệm, Chopra nhìn thấy những hạn chế của y học "chính thống". Sự *chắc chắn* về mối quan hệ giữa tình cảm, thái độ, nhận thức tâm linh và sức mạnh thể chất đã phát sinh từ *thực tế lâm sàng* của ông. "Linh cảm" này về *"mối liên quan thân-tâm"* đã xuất hiện trong ông khoảng 25 năm trước… khoảng giữa những năm 80. Kể từ đó ông cống hiến cuộc đời mình, sử dụng mọi phương tiện truyền thông để mang thông điệp này đến mọi người.

Để hiểu và đánh giá đúng thông điệp của ông, thực sự bạn cần phải *đọc một hay nhiều hơn* các công trình trước đây của ông. Tất cả đều có trên trang *amazon.com*, gồm:

Creating Health – How to Wake Up the Body's Interligience, xuất bản lần đầu vào năm 1987, phiên bản gần nhất tháng 9 năm 1995.

Quantum Healing – Exploring the Frontier of Mind/Body Medicine, xuất bản lần đầu tháng 8 năm 1991.

Perfect Health – The Complete Mind/Body Guide, xuất bản lần đầu tháng 8 năm 1991.

Do công trình của ông bao trùm một *cái nhìn toàn diện* về vũ trụ và vạn vật trong đó, nên sẽ là *quá chủ quan* khi chỉ trích dẫn những *đoạn trích*. Thay vào đó, để chúng tôi trích "lời giới thiệu" từ bìa ngoài cuốn *Creating Health*. Hi vọng nó sẽ *gợi sự quan tâm* của bạn.

"Creating Health *là cuốn sách đột phá – lần đầu trong đó Deepak Chopra sáng tạo một hiểu biết mới về sức khỏe, ốm đau và năng lực chữa trị của tinh thần.*

Bác sĩ Chopra được xem là người phát ngôn xuất sắc cho 6.000 năm truyền thống chăm sóc sức khỏe từ Ấn Độ – Y học Ấn Độ cổ đại. Trong sách ông pha trộn triết lý y học phương Đông và phương Tây cho cái nhìn rõ hơn, phong phú hơn của con đường đi đến sức khỏe hoàn hảo, một sự cân bằng giữa tâm hồn, thể xác và tinh thần.

Là bác sĩ nội tiết, bác sĩ Chopra đã công tác ở vùng Boston từ năm 1971 và là cựu trưởng phòng nhân sự của Bệnh viện New England Memorial ở Stoneham, Massachusetts. Hiện ông là Giám đốc y tế của Trung tâm Sức khỏe Hin-du Ấn Độ cổ đại về Kiểm soát căng thẳng và Y học hành vi (Maharishi Ayurveda Health Center for Stress Management and Behavioral Medicine) ở Lancester, Massachusetts."

Chứng cứ khoa học

Chỉ vài năm trước, các nhà nghiên cứu trong *nhiều lĩnh vực* đã kết luận những ý tưởng của bác sĩ Chopra thực tế là phù hợp

với *chứng cứ khoa học.* Cuốn sách hay nhất về chủ đề này chúng tôi đã đọc là *Cân bằng trong – Kết nối khoa học sức khỏe và tình cảm* (The Balance Within – The Science Connecting Health and Emotions), của bác sĩ Esther M. Sternburg.

Xuất bản năm 2000, cuốn sách tuyên bố dứt khoát *áp lực* (stress) *ảnh hưởng lên hệ miễn dịch.* Chỉ vài năm trước đây "chính giới" y học còn nhạo báng tuyên bố đơn giản này.

Bác sĩ Sternburg mô tả công trình của bà như sau:

"Tính khoa học của những giao tiếp hệ miễn dịch-não là lĩnh vực hoạt động rất tự nhiên [chỉ ra làm thế nào một lĩnh vực chuyên môn hóa có thể áp dụng cho các lĩnh vực khác để kết lại cơ thể con người]. Nó nhìn vào bên trong đến mức độ chi tiết nhất của cơ thể hóa chất và đồng thời hướng ra ngoài đến những mối quan tâm lớn hơn về sức khỏe và tình cảm. Áp dụng những công nghệ phân tích phân tử và gen với những công nghệ tượng trưng cho hoạt động của toàn bộ các bộ phận giống như não bộ. Kết nối những bộ môn chuyên ngành của khoa học cơ bản như miễn dịch học và sinh học thần kinh và kết nối những lĩnh vực chuyên ngành của y học như tâm thần học và khoa thấp khớp. Nối những ngành khoa học cơ bản với y học lâm sàng và tất cả chúng tuy vô hình nhưng lại là đầu vào thiết yếu của cảm giác và tình cảm. Kết quả cuối cùng là làm cho thể xác và tinh thần (thân và tâm) nguyên vẹn trở lại".

Rõ ràng, các phân tử *hệ miễn dịch* có thể và thực hiện chéo qua *"rào cản máu-não,"* mà trước đây nghĩ rằng không thể thấm qua giống như Trường Thành ở Trung Quốc. Kết quả thực tế là *cytokine* (loại phân tử đặc biệt của hệ miễn dịch) *tiêu diệt các nơ-ron* trong não và góp phần làm chậm quá trình mất trí nhớ ở các bệnh nhân mất trí nhớ – ví dụ như bệnh Alzheimer, AIDS, lão suy…

Đó nghĩa là *hệ miễn dịch yếu* dẫn thẳng đến *rối loạn suy thoái não*. Có lẽ hơi sớm, nhưng hiểu biết này sẽ dẫn đến *những đột phá* trong điều trị những bệnh này.

Mặt khác, ngành khoa học này đang tìm thấy *"niềm tin có thể làm bạn khỏe"*. Những ví dụ *các bác sĩ* từng chứng kiến như "tôi sẽ chiến đấu với ung thư này thêm một tháng cho đến khi cháu nội tôi ra đời", là có một cơ sở khoa học. Thần kinh và hoóc-môn trong cơ thể phản ứng lại chất kích thích được não kiểm soát, thực tế *tác động trực tiếp* lên hệ miễn dịch của chúng ta.

Công việc có thể là một trải nghiệm tích cực hoặc tiêu cực. Điều kiện có thể xảy ra theo bất cứ hướng nào. Nếu môi trường khuyến khích, hỗ trợ và bổ ích, thì *những áp lực* kèm theo công việc sẽ trở thành một *kích thích tích cực*. Nếu nơi làm việc không thuận lợi và không được hỗ trợ, theo nghĩa đen, làm chúng ta *bệnh do áp lực*. Nhiều nghiên cứu trong những lĩnh vực khác nhau chứng tỏ điều này – nội tiết học, hóa sinh, miễn dịch học và tâm lý học. Bác sĩ Sternburg đã tập hợp tất cả trong *ấn phẩm rất thuyết phục*. Thư mục tham khảo cuối cuốn sách của bà gồm 14 trang thu thập hàng trăm nghiên cứu.

Tất cả chúng ta đều *đã trải nghiệm*. Đó là *trực giác*. Mọi tình cảm tích cực hay tiêu cực tác động lên tế bào hệ miễn dịch của chúng ta. Các nhà tâm lý học đã nhiều lần chứng minh rằng *áp lực tiêu cực* dẫn đến trực tiếp gia tăng *việc dễ bị tổn thương* với nhiễm vi-rút. Ví dụ, *buồn chán* và áp lực trong thời gian dài của những hộ lý chăm sóc bệnh nhân alzheimer và bệnh nhân giai đoạn cuối khác có liên hệ với *suy giảm* chức năng hệ miễn dịch.

Như bác sĩ Sternburg tuyên bố chắc là cần phải trải qua giai đoạn *tăng dần chuyên môn hóa* từ Descartes[1] và Bacon[2] đến tận những năm *1960*. Hiện nay mỗi bộ môn khoa học bị tập trung *quá chi tiết* vào từng phần gây ra *mất cái nhìn tổng thể*. Về sức

---

[1] René Descartes (1596-1650) là triết gia, nhà khoa học, nhà toán học người Pháp, được một số người xem là cha đẻ của triết học hiện đại.

[2] Bacon (1561-1626) là nhà triết học người Anh.

khỏe, ngay hiện nay các bộ môn đang bắt đầu hợp nhau lại để đến với *"thống nhất luận"* như đã thấy trong vật lý để giải thích vũ trụ. Chúng ta còn chưa tới đó, nhưng lý thuyết này nhất định bao gồm một *tương tác giữa tình cảm và hệ miễn dịch.*

Ứng dụng hiểu biết này

Bạn bảo, *vậy thì sao?* Có gì cho tôi trong đó? Tôi phải làm gì khác? Toàn những câu hỏi hay.

Có ít nhất *bốn thay đổi chính* bạn cần làm trong cuộc đời một khi bạn có hiểu biết này:

- Thay đổi *môi trường làm việc* của bạn, nếu có thể, đến chỗ *tích cực.* Nói dễ hơn làm, đúng không? Nhưng ngày nay có vô vàn *sự linh hoạt* về thời gian và địa điểm công việc được thực hiện hơn là thời *trước internet*. Hãy *sáng tạo* trong việc bạn làm gì và làm ở đâu. Làm việc tại *nhà* như một *chi nhánh* cho một hay nhiều trang web khuyến mãi. *Liên hệ điện thoại,* nếu công việc của bạn cho phép. Thay đổi *kết cấu một ngày của bạn* với việc ở nhà, thiền hoặc chỉ thư giãn.
- Nếu bạn khỏe, hãy nâng cấp hệ miễn dịch của bạn bằng những *tương tác tích cực* với những người khác và *vui mừng về sự sáng tạo.* Tham gia các nhóm giúp đỡ, *tình nguyện* tại các tổ chức hoặc các bệnh viện tế bần địa phương. Hãy bắt đầu với những *sở thích* tạo ra phản hồi tích cực – hội họa, viết lách, golf, tenis, hát…
- Nếu bạn *ốm,* hãy thúc đẩy hệ miễn dịch của bạn và uống một liều *thực phẩm bổ sung* cho sức khỏe gồm vitamin, khoáng chất và a-xít amin. Ăn chế độ tốt cho sức khỏe với lượng hydrat cacbon thấp hoặc cách của chúng tôi trong "chế độ Budwig" (Chương 5).

- Tăng từ 30 đến 60 phút *tập luyện* ít nhất *bốn ngày một tuần.* Tập luyện thường xuyên sinh ra luồng cảm giác tích cực về bản thân cũng như phát triển *khả năng chịu đựng* và hệ miễn dịch của bạn. Xem Sổ tay tập luyện về một vài gợi ý cụ thể.

Kết quả

Khi đạt đến *trạng thái thể chất và tinh thần tích cực,* tự bạn sẽ nhận biết. Như thế nào? Vâng, đây là một vài *tiêu chí* cho cả điều kiện thể chất và cơ thể bạn, chúng sẽ nói giúp bạn khi bạn "đạt đến mức đó".

Cơ thể bạn đạt đến điều kiện chuẩn khi:

- Bạn có thể *đi bộ 3,2 km* mất *dưới 24 phút* và vẫn có thể nói chuyện được sau khi kết thúc đi bộ.
- Bạn *không hút thuốc. Bạn hạn chế rượu bia* đến không quá 42,5 gram whiskey hoặc 170 gram rượu vang mỗi ngày.
- Bạn *dễ ngủ* vào buổi đêm. Trung bình bạn ngủ 7 đến 7 tiếng rưỡi mỗi đêm.
- Trọng lượng giảm trong khoảng *5%* so với trọng lượng chuẩn của bạn. Bảng tra có sẵn ở các phòng tập và cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh.
- *Tỉ lệ chất béo của cơ thể* nằm trong khoảng chuẩn. Nếu là nam, tỉ lệ đó là *8 đến 12%.* Nếu là nữ, bạn có *15 đến 18%* chất béo. [Mọi phòng thể dục đều có thể đo tỉ lệ chất béo của cơ thể cho bạn].

Thái độ tinh thần của bạn khỏe mạnh khi:

- Bạn đang làm đúng những gì bạn muốn làm trong cuộc sống và *cảm thấy tổng thể là hạnh phúc.*
- Thức dậy mỗi sáng bạn *cảm thấy tuyệt vời.*

- Bạn thường xuyên có *các kỳ nghỉ*.
- Bạn thấy mình là một phần của *hệ thống hỗ trợ tương hỗ* rộng lớn và thường xuyên *bạn sẵn sàng hỗ trợ* gia đình, bạn bè và đồng nghiệp.
- Bạn cam kết với *giá trị sống* cơ bản và thấy *đáng sống*.
- Bạn tin mình có một *sứ mệnh trong cuộc sống*, và sứ mệnh đó khớp với mục đích, mà mục đích đó kết nối với gia đình của con người trong vũ trụ bao la.
- Bạn có *khiếu hài hước*. Bạn có thể *cười nhạo chính mình* khi thấy mình quá nghiêm túc.

Những gợi ý khác giúp bạn nhận biết bạn đang khỏe mạnh:

- Bạn *chịu trách nhiệm* về sức khỏe của mình. Bạn nhận thức rõ, cũng giống như ốm đau, sức khỏe cường tráng là một *tập hợp* được làm từ nhiều mảnh ghép khác nhau. Bạn thừa nhận *bạn chịu trách nhiệm* về những mảnh ghép đó.
- Bạn đã làm việc để làm cho *hệ miễn dịch* của bạn vững chắc. Đó là sự điều chỉnh tinh vi, sẵn sàng và có khả năng chiến đấu chống các tác nhân lây nhiễm dẫn đến dị ứng, viêm khớp, tiểu đường hoặc *thậm chí* ung thư.
- Bạn không chỉ gặp phải những *áp lực trung bình* trong cuộc sống hàng ngày ở *phía trước*, bạn còn tìm kiếm những thách thức cho chính mình. Thậm chí *các kỳ nghỉ* của bạn cũng trở thành những *thách thức* thể xác.

Bạn đã trở thành một *người tiêu dùng có hiểu biết*. Bạn đọc cẩn thận nhãn hàng trên tất cả đồ ăn bạn sẽ ăn và *hiểu* nhãn mác đó nghĩa là gì. Bạn là *đồng bác sĩ* thông minh, tự tìm hiểu kiến thức để giúp mình *luôn khỏe mạnh*.

Vì sức khỏe của bạn!!

SỔ TAY 2

NGƯNG LÃO HÓA BẰNG TẬP LUYỆN

TẬP LUYỆN KHỎE MẠNH

Điều gì từng xảy ra với Jim Fixx?

Chúng tôi dám chắc nhiều người trong các bạn, cũng như chúng tôi, muốn biết vì sao một người chạy giỏi và cổ súy cho chạy vì mục đích sức khỏe có thể *gục chết vì một cơn đau tim* như *Jim Fixx* bị hồi năm 1984. Nhiều người trong các bạn đang hỏi "Ai là Jim Fixx?"

Chúng tôi nói đến anh chỉ vì anh là ví dụ điển hình cho sự thật là *khỏe mạnh cơ bắp* không phải là tất cả. Jim Fixx sinh năm 1932, giống Bill. Anh xuất bản cuốn sách năm 1977 là *Sách hoàn hảo về chạy* (The Complete Book of Running). Anh được ca ngợi với việc *bắt đầu cuộc cách mạng sức khỏe* ở Mỹ. Song, anh đã mất vào năm 1984 ở tuổi 52 khi đang luyện tập môn thể thao mà anh là chuyên gia. Anh đã bị tắc động mạch tim *do xơ vữa động mạch.*

Vậy thì sao? Vâng, luyện tập sức khỏe *không bảo đảm* cho một cuộc sống mạnh khỏe hay trường thọ. Vậy, bạn có thể suốt ngày chỉ *nghỉ ngơi* không? *Không thể!!*

Tập luyện là phần thiết yếu trong việc *có được và duy trì lối sống lành mạnh.* Nó không chỉ tốt cho bạn, mà còn *rất cần thiết.* Tuy nhiên, nó phải được kết hợp với *thói quen ăn uống lành mạnh* – cũng cần thiết (xem Sổ tay 1).

Rèn luyện sức khỏe là gì? Đây là câu hỏi chúng tôi sẽ giải đáp trong sổ tay này. Trước hết, chúng tôi *không* khuyến cáo bạn *chạy hoặc chạy bộ chậm.* Tại sao? Vì rất khó để có ai đó *đo sự tiến bộ của bạn,* nhất là lúc đầu và bảo đảm bạn *không làm quá sức.* Còn nữa, cái đó *hại cho đầu gối, mắt cá và bàn chân* không chỉ cho người cao tuổi mà cho tất cả mọi người.

Tiếp cận từng bước

BƯỚC 1: Lấy thẻ hội viên ở một phòng tập thể dục. Có hai lý do. Phòng tập tốt có người *giám sát* những cố gắng ban đầu của bạn để *lấy lại thể lực.* Và thứ hai, khi bạn trả tiền cho thứ gì đó như thẻ hội viên phòng tập, thì đó là một *động lực mạnh mẽ* để bạn tiếp tục sử dụng nó. Giá thẻ thường là 40 – 50 đô-la/tháng.

Đây *không phải* là phòng tập của các bô lão. Thực ra, cái tên "văn hoa" cho phòng tập ngày nay là "câu lạc bộ sức khỏe" (health club) hoặc "trung tâm thể lực" (fitness center).

Nếu bạn chưa đến phòng tập bao giờ, thì hãy đến mà xem. Bạn sẽ ngạc nhiên một cách thích thú. Một phòng tập tốt phải *hấp dẫn, thoáng khí và điều hòa.* Bạn sẽ không bị cảm giác giống như trong hầm xưởng cho những người tập cơ bắp. Phương tiện hiện đại, yên tĩnh và *vi tính hóa*. Có ti vi để xem trong khi bạn tập máy chạy bộ hoặc xe đạp theo nhịp điệu. Một vài nơi cho thuê tai nghe để nghe ti vi. Hoặc bạn có thể mang theo đài nhỏ có tai nghe.

Lý tưởng là *kết bạn hay yêu ai đó.* Các bạn chân thành với nhau, nhưng *đừng* trông cậy vào điều đó. Bạn thân hay người yêu của bạn có thể không hứng thú như bạn. Hãy lên kế hoạch *tự thực hiện.* Rủ bạn bè hay người yêu của bạn, nếu có thể, nhưng đừng đợi.

BƯỚC 2: Xếp hàng đợi *huấn luyện viên* của phòng tập. Nếu không có huấn luyện viên đủ trình độ chuyên môn, hãy tìm phòng tập khác có huấn luyện viên đủ khả năng. Tìm hiểu qua điện thoại. Các phòng tập đều *cạnh tranh,* cũng như các ngành kinh doanh khác. Làm sao họ phải *chứng minh* với bạn *giá trị* của thẻ hội viên chỗ họ.

Phòng tập có thể *bố trí cho bạn một huấn luyện viên* cho vài buổi tập như một phần của thỏa thuận đã ký. Nếu không, huấn luyện viên sẽ tính *20 đô-la một giờ.* Bạn chỉ cần huấn luyện viên trong *hai tuần đầu.* Chuẩn bị chi phí *100 đô-la* cho huấn luyện viên.

Trong giai đoạn đó, huấn luyện viên sẽ thực hiện *đánh giá* về mức độ mạnh khỏe dẻo dai của bạn, *đo* cơ bắp và tỉ lệ béo. Họ sẽ phác thảo một chương trình để bạn bắt đầu tập luyện toàn diện đều đặn. Họ sẽ kiểm tra bạn trên cân máy – *điều kiện tiên quyết* nữa. Họ sẽ tính *nhịp tim cực đại* để dùng khi bạn bắt đầu sử dụng các máy *nhịp điệu* (aerobic). Và, quan trọng hơn cả, họ sẽ *giám sát* vài buổi tập của bạn để chắc chắn bạn thực hiện *đúng.*

Chúng tôi sẽ cho bạn một vài *chỉ dẫn chung.* Nhưng *không thay thế* được huấn luyện viên giúp bạn làm quen với tất cả mọi *lựa chọn tập* để nâng cao sức khỏe của bạn. Huấn luyện viên sẽ chỉ cho bạn *bắt đầu vừa phải* để *không bị đau cơ.* Không đau, không được… *SAI!!* Chuỗi động tác của bạn phải bao gồm một tập hợp *những bài tập tạ, nhịp điệu* (máy chạy bộ, xe đạp, leo bậc,…) và *kéo căng.*

Phòng tập phải cấp *miễn phí* những *đánh giá định kỳ* – mức độ thể lực, đo cơ, đo tỉ lệ mỡ và đề nghị các bài tập. *Điều kiện tiên quyết* thêm nữa. Đừng ký nếu thiếu nó.

BƯỚC 3: Tham gia một lớp thể dục nhịp điệu. Bước *khởi động* này *rất quan trọng* về mặt xã hội để đến với phòng tập. Bạn cần sự hỗ trợ nhóm.

Bất cứ phòng tập nào bạn tham gia phải có *phong phú đa dạng* về các nhịp điệu (aerobic), có các lớp Tae Kwan Do, jazz, yoga,… cho bạn chọn. Một lựa chọn phổ biến là sử dụng quả bóng cao su to để lăn trên đó trong nhiều tư thế khác nhau nhằm *kéo căng* cơ. Cái này dứt khoát phải được *giám sát* khi bạn bắt đầu.

BƯỚC 4: Thực hiện đi!!

Tập ở nhà được không?

Chắc chắn được. Nhưng *bạn sẽ không tập.* Những máy tập đẹp mắt bạn thấy trên ti vi chỉ có tác dụng như *thêm "vật không cần dùng"*, nếu bạn muốn. Chúng tôi có một cái trong kho, lấy từ một vài *nhà vô địch trì hoãn.* Thiếu áp lực tập thể và áp lực tài chính của *thẻ tập,* bạn sẽ *không* tập một cách có hệ thống và đều đặn.

Năm *1961,* Không Lực Mỹ đã áp dụng *tập thể dục nhịp điệu theo hệ Anh* như bài tập thể lực chính thức hàng ngày cho mọi người. Chúng tôi *tự tập ở nhà.* Liệu chúng tôi có tập không? Có chứ. Nhưng, *chỉ vài người tập và đôi lúc thôi.*

Năm *1967,* Bill nghe một bài giảng của *bác sĩ Kenneth Cooper* tại Căn cứ Không quân Randolph ở San Antonio. Lúc đó ông là đại úy Không quân. Từ đó ông trở nên *nổi tiếng* với bài giảng thể lực ở Dallas, nơi ông làm việc với những người bệnh nặng, nhất là những người có *vấn đề về tim.*

Không Quân dùng chương trình của bác sĩ Cooper làm *bài tập sức khỏe chính thức hàng ngày* cho mọi người. Chúng tôi *tự tập ở nhà.* Liệu chúng tôi có tập không? Có chứ. *Vài người. Đôi lúc.*

Hãy tin chúng tôi, đó là vết mòn chúng tôi đã rơi vào đủ lâu để bạn có thể *dùng kinh nghiệm của chúng tôi mà tránh.* Chẳng

phải đó là những gì tất cả chúng ta mong *tụi nhóc của chúng ta* sẽ tập hay sao? Liệu chúng có tập không? *Vài đứa. Đôi lúc…*

Vâng, bạn nắm được tinh thần rồi đấy. Hãy bắt đầu vào việc *giám sát lịch tập* để tập luyện ngay *bây giờ*. Bất kể bạn bao nhiêu *tuổi*. Cho dù bạn có hay không có *tiền bạc* hay thời gian. Đó là con đường duy nhất có hiệu quả lâu dài.

Một lịch tập tốt có đặc trưng gì?

Hãy để Bill mô tả lịch tập của ông. Ông tập ba hoặc bốn lần mỗi tuần. Hãy lưu ý, ông phát triển đến mức đó qua quá trình khoảng *hai năm*. Đầu tiên, ông tập bài tập *rất vừa phải*. Khi đó ông *60* tuổi, vào năm 1992.

Kinh nghiệm trước đó của ông giới hạn trong những buổi tập thể dục thường xuyên trong thời gian ở Không quân và một *vài tháng* khi ông ở tuổi 50. Khi đó ông không có *chương trình luyện tập* nào và ông đã bỏ. Buổi tập của ông kéo dài *chừng một tiếng* và chia làm *bốn phần:*

1. Khởi động. Ông đạp xe tại chỗ khoảng năm phút. Có nhiều mức hãm bàn đạp. Ông dùng mức để đạt đến mạch đập khoảng 120 lần một phút và khởi động các cơ bắp.

2. Máy nâng tạ. Đây là những máy nâng tạ được *vi tính hóa* – 12 cái. Khi vào phòng tập, ông gõ *mã số thành viên* của ông tại máy tính trung tâm. Sau đó, khi vào mỗi máy nâng tạ ông lại gõ mã số ấy một lần nữa và nó *"ghi nhớ"* bao nhiêu cân ông đã dùng trong *lần tập trước đó.*

Đây là ưu thế chính của máy nâng tạ được vi tính hóa. Bạn không phải *nhớ* lần trước bạn nâng được bao nhiêu cân. Nó cũng *tự động* thêm phần trăm nào đó (dao động tùy máy) vào cân nặng của bạn cho nhịp âm. Ba lần đầu và ba lần cuối lặp lại thì tạ nhẹ hơn để bạn bắt đầu và dễ trở lại bình thường lúc kết thúc (tốt, nhưng không nhất thiết).

Bất cứ lúc nào bạn cũng có thể *in ra* các lần tập trước đó – lần đầu, lần tốt nhất, lần gần nhất, v.v... với *cân nặng của mỗi lần*. Bill làm *2 bộ về mỗi 12 lần lặp lại* của 12 máy tạ vòng. Dưới đây là lần tập cuối cùng của ông:

Nén cẳng chân : (+)132 Ibs / (–)152 Ibs [+60kg/–69kg]

Vặn cẳng chân : (+)84 Ibs / (–)117 Ibs [+38kh/–53kg]

Căng cẳng chân : (+)70 Ibs / (–)98 Ibs [+31,7kg/–44,4kg]

Nén ngực : (+)119 Ibs / (–)166 Ibs [+54kg/–75,2kg]

Thả dọc lưng : (+)82 Ibs / (–)103 Ibs [+37kg/–46,7kg]

Bay : (+)69 Ibs / (–)86 Ibs [+31,2kg/–39kg]

Ngồi : (+)109 Ibs / (–)152 Ibs [+49,4kg/–70kg]

Nén vai : (+)50 Ibs / (–)63 Ibs [+22,7kg/–28,5kg]

Vặn cánh tay : (+)30 Ibs / (–)42 Ibs [+13,6kg/–19kg]

Căng bắp tay : (+)37 Ibs / (–)46 Ibs [+16,7kg/–20,8kg]

Bụng : (+)96 Ibs / (–)120 Ibs [+43,5kg/–54,4kg]

Căng lưng : (+)130 Ibs / (–)163 Ibs [+59kg/–74kg]

Nhìn vào đó bạn thấy mệt không? *Bạn cũng có thể làm được.* Ông tăng thêm khối lượng cơ bắp, nhưng không nhiều. Hiển nhiên là phụ nữ cần *ít cân* để duy trì sức mạnh cơ bắp. Việc này không chỉ dành cho nam giới.

Chủ yếu việc tập luyện này sẽ phát triển *sức mạnh cơ bắp*, tăng cường gân, dây chằng và mọi thứ giúp bạn *không bị* các vấn đề về khớp nối, thấp khớp, tiểu đường (xem Sổ tay 3 về tiểu đường) và các loại bệnh suy thoái khác.

3. Bài tập bụng/lưng. Tiếp theo, Bill gom các bài tập làm khỏe *cơ bụng* và *lưng dưới*. Những bài tập này đã chữa cho ông chứng đau lưng kinh niên từ những năm 50 tuổi. Vào năm 1992

khi bắt đầu tập thường xuyên, ông bị *đau nhói dữ dội* lan xuống thần kinh tọa phải. Thần kinh tọa chạy từ vùng hông dọc xuống phía sau đùi.

Có *năm loại* bài tập. Mỗi loại hỗ trợ một cách khác nhau. Từ năm 1992 Bill chỉ thỉnh thoảng bị *đau nhói nhẹ* ở lưng dưới. Thường bị đau sau khi *bỏ tập khoảng một tuần* ở phòng tập do tập quá nặng. Bây giờ ông tập các bài tập này *hầu như hàng ngày,* dù là ở đâu. Có thể tập trên thảm sàn bất cứ đâu t*rong nhà hoặc phòng khách sạn.* Không cần dụng cụ. Hãy thử xem, bạn sẽ thích đấy!

Gập nửa bụng. Nằm ngửa lên sàn (thảm) bàn chân chống xuống sàn (đầu gối dựng lên). Bắt chéo hai tay (tay phải vai trái, tay trái vai phải), nâng đầu và vai lên cách sàn khoảng vài cm. Trở lại tư thế đầu, ông làm 30 – 35 lần. Bạn phải bắt đầu *không quá 10 lần.* Nâng dần lên *năm lần nữa mỗi tuần.* Qua thời gian, bạn có thể bắt đầu nâng vai cao hơn trên sàn, nhưng *không bao giờ ở tư thế ngồi hoàn toàn.*

Gập bụng chéo. Các cơ chéo rất quan trọng trong việc làm khỏe các cơ bụng của bạn *(loại bỏ đau lưng).* Chúng chạy dọc xuống hai bên phía ngoài bụng.

Trước hết, cũng từ vị trí ban đầu giống gập nửa bụng ở trên, đặt mắt cá chân phải lên gối trái. Để tay trái phía sau đầu. Giữ tay phải phẳng trên sàn. Nâng *khuỷu tay trái* chạm *gối phải.* Bắt đầu với 10 lần. Tư thế ngược lại nâng *khuỷu tay phải* chạm *gối trái.* Thêm không quá năm lần mỗi tuần. Khi cơ khỏe hơn, bạn có thể tập nặng hơn một chút bằng cách đặt bắp chân và sau cùng là gối nọ trên gối kia thay vì mắt cá. Bill tập 30 – 35 lần với gối này trên gối kia.

Nâng cẳng. Từ vị trí ban đầu giống gập nửa bụng, *nâng cẳng chân lên* (gối gập) hướng vào ngực. Ở vị trí cao nhất thì *mông* và *bàn chân* cùng *rời sàn.* Từ từ *hạ cẳng xuống* còn khoảng

25cm gì đó cách sàn và *lại nâng lên*. Chỉ tập ba hoặc bốn lần khi bắt đầu. Thêm một lần mỗi tuần. Ông tập 20 lần.

Cẳng chân đến ngực. Cuối cùng là bài tập một bác sĩ trị liệu chỉ cho Bill cách đây 21 năm. Bà bảo rằng nếu ông tập *25 lần mỗi ngày,* ông sẽ *không bao giờ* có vấn đề về lưng. *Bà ấy đã đúng.*

Bắt đầu cũng từ vị trí giống gập nửa bụng. Nâng *đồng thời cả hai cẳng* (gối gập) đến *gần sát ngực* nhất có thể. Hai tay ôm cẳng và giữ khoảng *sáu giây*. Hạ cẳng xuống sàn và lặp lại bài tập. Tập *không quá tám lần* lúc bắt đầu. Thêm một hoặc hai lần mỗi tuần. Bill tập 35 lần.

Khi đứng dậy khỏi sàn, *hãy thận trọng*. Thường hay bị *hoa mắt* lúc đầu vì tuần hoàn của bạn điều chỉnh lại sang tư thế thẳng đứng. Ngồi xuống *đầu để giữa hai gối* khoảng vài phút đến khi hết hoa mắt.

4. Bài tập nhịp điệu. Cho đến lúc này, ngoài khởi động, thì những bài tập đều được thiết kế để *nâng sức mạnh và/hoặc căng* cơ bắp của bạn. Điều cốt yếu trong lịch tập là phần tập *nhịp điệu*. Phần lớn các chuyên gia nói để đạt hiệu quả tối đa, bạn cần *nâng nhịp tim lên 80%* so với mức cực đại của bạn và giữ trong *ít nhất 20 phút*. Làm thế ít nhất ba lần mỗi tuần.

Nhịp tim cực đại của bạn là bao nhiêu? Bạn và *huấn luyện viên* của bạn sẽ tính toán ra ngay *buổi tập đầu*. Có bảng chuẩn dựa trên tuổi. Nhưng, cũng như các bảng chuẩn về cân nặng, có *rất nhiều biến đổi* phụ thuộc vào áp huyết, điều kiện tim, mức độ sức khỏe và *những biến số* khác. Đừng thực hiện ở nhà!!

Phần nhịp điệu trong bài tập của ông có lẽ là *quan trọng nhất* nếu như bạn *muốn* xếp hạng, Bill dùng máy chạy bộ. Đó là máy được ưa chuộng nhất trong các máy nhịp điệu ở phòng tập ông đến tập. Chắc là do có sự *thay đổi phong phú* để tập.

Ông dùng *nhịp tim chọn lựa* trên máy trong phòng tập. Nghĩa là bạn có thể *đặt nhịp tim cực đại* mà bạn và huấn luyện

viên đã tính toán. Bạn đặt cả cân nặng, tốc độ mình muốn và số phút cho buổi tập. Khi đó máy *tính toán mức nâng* cần thiết của máy chạy bộ để tạo được nhịp tim bạn cần.

Máy *tiếp tục kiểm soát* nhịp tim qua một bộ các tay cầm trong buổi tập. Khi nhịp tim đạt mức cực đại theo yêu cầu, máy sẽ *tự động* điều chỉnh mức độ tăng và giữ ở mức đó. Nếu máy giảm đến mức (mức 0) và nhịp tim thực của bạn *quá cao,* máy sẽ nhắc bạn *giảm tốc độ* (ví dụ *6,4 xuống 4,8 km một giờ*) cho nên nhịp tim cực đại có thể được duy trì.

Trên máy chạy bộ (cả xe đạp và leo bậc) có bộ phận *"thử thể lực"*. Để bạn tập năm phút dùng các mức độ tăng thay đổi và cho bạn *một* dữ liệu về bạn đã tập như thế nào (kém, trung bình, tốt hoặc tuyệt vời) dựa trên nhịp tim của bạn.

Cuối buổi tập, máy sẽ trải qua giai đoạn một phút "tĩnh lại" giảm tốc độ và mức độ tăng về mức đã thiết kế để *từ từ* đưa nhịp tim về mức bình thường.

Bill tập *22 phút, ba hoặc bốn lần một tuần* với nhịp tim cực đại là *125 nhịp đập một phút*. Đó là cực đại "tiêu chuẩn" cho người 47 tuổi. Một trong các huấn luyện viên sẽ báo mức đó sau khi thử thể lực.

Tóm tắt

Lịch tập mô tả trên đây chiếm *gần như đúng một tiếng* của Bill. Ông cố gắng tập vào buổi sáng, nhưng bạn có thể tập **lúc** *nào cũng được*. Các phòng tập hiện đại mở 24/7. Mức ông đạt được *phải mất hai năm* tích lũy dần. Từ đó ông giữ ở mức *"duy trì"* thể lực.

Bạn có thể làm tốt như hoặc hơn ông. *Hãy thử thách chính mình*. Nhưng trên hết, đừng *vội vã* để đạt được mức thể lực đặc biệt nào đó. Đây là *con đường cao tốc suốt đời*. Sẽ có biển chỉ dẫn trên đường, nhưng bạn hãy cứ đi tiếp *miễn là bạn còn sống*.

Bởi thế, bạn sẽ *sống lâu hơn.* Bạn sẽ có nhiều *năng lượng và sức chịu đựng hơn.* Bạn sẽ có thể thận hưởng *những đam mê, những kỳ nghỉ* và *công việc* của bạn hơn trước nhiều. Cơ bản bạn sẽ *cảm thấy trẻ hơn nhiều.*

SỔ TAY 3

CHIẾN THẮNG TIỂU ĐƯỜNG

TIỂU ĐƯỜNG

Bạn có *biết có ai* đang bị *tiểu đường* không? *Bạn* có bị không? Phần đông trong chúng ta, *không người này thì người khác* bị.

Bài viết gần đây của Erin McClam công bố trên San Antonio Express-News chỉ ra rằng tiểu đường tăng với *tỉ lệ báo động* ở nước Mỹ trong *thập niên qua.* Tăng đến *70%* với những người trong *độ tuổi 30.* Trên toàn quốc, nhóm người được chẩn đoán tiểu đường tăng lên đến *33%* giữa năm 1990 và 1998.

Điều đáng sợ hơn là Nghiên Cứu Triển Vọng Tiểu Đường Anh *(UK Prospective Diabetes Study)* mới đâynêu ra rằng, trước khi phần lớn bệnh nhân thực sự được chẩn đoán bị tiểu đường loại II (còn gọi là "tiểu đường khi trưởng thành") thì tuyến tụy mất khả năng kiểm soát mức đường trong máu sau khi ăn *trong hơn tám năm* và kháng insulin đã xuất hiện từ *12 năm trước.*

Cho đến gần đây, tiểu đường loại II sớm nhất được thấy ở độ tuổi 40 hoặc cao tuổi hơn. Điều này nay đã thay đổi *mạnh mẽ.*

Trong mấy năm vừa qua, một lượng báo động trẻ em được chẩn đoán tiểu đường loại II. Loại II xuất hiện thường xuyên hơn ở trẻ em trước tuổi dậy thì và thậm chí có báo cáo ở trẻ *bốn tuổi* (Tổ chức Tiểu Đường Mỹ – American Diabetes Foundation).

Nguyên nhân? Rất đơn giản là *béo phì.* Vấn đề trọng lượng của quốc gia có đủ tài liệu dẫn chứng. Số người Mỹ được coi là béo phì đã *tăng vọt* từ khoảng một trong tám người vào năm 1991 lên hơn *một trong bốn người* hôm nay.

Khoảng *20 triệu* người Mỹ mắc bệnh này và con số dự kiến sẽ tăng lên *22 triệu* vào năm 2025. Và nên nhớ, ở đây chỉ tính những người được *chẩn đoán* tiểu đường, không kể hàng triệu người bị nhưng *không biết.*

Theo Hiệp hội Tiểu đường Mỹ (American Diabetic Association), hầu như 25% người Mỹ gốc Mexico trong độ tuổi từ 45 đến 74 bị tiểu đường. Ở San Antonio, nơi Bill từng sống, các quan chức y tế địa phương nói có *120 nghìn cư dân* bị tiểu đường hoặc có nguy cơ tiểu đường. Trong 35 năm đích thân theo dõi dân cư San Antonio thì *Bill ngày càng khó tìm thấy* một người Mỹ gốc Mexico trưởng thành (62% dân số ở San Antonio) mà *không béo phì.*

Hãy xem chi tiết hơn nguyên nhân tại sao bạn hay người thân của bạn bị tiểu đường. Chúng tôi chẳng thể làm gì hơn lời giải thích của bác sĩ David Williams (bạn nhớ không?) đăng trong bản tin của ông *Alternative* tháng 8 năm 2000. Bản tin với bài viết dài nhan đề "Đường là tự sát từ từ" (Sugar is Slow Suicide) có trên trang web của ông: *http://www.DrDavidWilliams.com*

"Trong nhiều thập niên 'các chuyên gia sức khỏe', cả bạn nữa, đã được cảnh báo về sự nguy hiểm của tăng đường và/hoặc hy-đrát-các-bon tinh chế trong chế độ ăn.

Hãy để tôi kể, đó là trận chiến gian nan thực sự khi thuyết phục cộng đồng rằng tiêu thụ đường quá nhiều có thể dẫn đến

tiểu đường, đặc biệt khi y học chính thống vẫn quả quyết đường hoàn toàn vô hại. Thậm chí ngày nay, khi tiểu đường lan truyền ở quy mô như một bệnh dịch trong đất nước này, phần đông các bác sĩ tiếp tục rao giảng kiêng đường không có liên hệ gì đến vấn đề hành vi, tâm trạng vui vẻ, chán nản hoặc tăng tỉ lệ mắc tiểu đường khi trưởng thành."

Cơ quan FDA *của chúng ta nói đường* chỉ có vấn đề *với* chăm sóc răng. *Với sự giúp sức của Liên hiệp Dinh dưỡng Mỹ (American Dietetic Association), thì* Liên hiệp Đường *(Sugar Association) bám lấy luận điểm rằng chỉ 15 calo mỗi thìa thì đường là* sức khỏe, chất ngọt calo-thấp *không khác gì các carbohydrate. Thực tế,* nhiều thập niên nghiên cứu *xác nhận thực tế là 'răng ngọt'* lúc nào cũng vậy *sẽ dẫn đến một cuộc sống ốm yếu và* chết non.

Carbohydrate chúng ta ăn vào được cơ thể biến đổi thành đường đơn giản gọi là glucosa. *Glucosa hay 'đường huyết' vào trong* dòng máu *được vận chuyển đến khắp cơ thể.* Đường huyết là nguồn năng lượng chính *cho não bộ, hệ thần kinh và cơ bắp sử dụng. Để sử dụng được, thì đường huyết phải vận chuyển từ dòng máu* vào trong tế bào thần kinh và cơ bắp. *Đây là nơi* insulin *vào cuộc. Tôi chắc nhiều người còn nhớ môn sinh học ở trường trung học, insulin là* hoóc-môn tuyến tụy *mở bức tường tế bào ra để đường huyết có thể vào. Đây là mấu chốt của toàn bộ quá trình năng lượng. Insulin* tiết ra *trong* hai giai đoạn. *Giai đoạn đầu, insulin bắt đầu được giải phóng* ngay sau bữa ăn *hoặc khi có đường hay chất ngọt trong miệng và hệ tiêu hóa.* Giai đoạn hai, *insulin được giải phóng gần sau bữa ăn và* tiếp tục được giải phóng dần dần *trong nhiều giờ.*

Để insulin làm việc đúng thì cần phải có đủ số lượng *và* các tế bào *trong cơ thể phải* 'nhạy cảm' *với tác động của insulin. Khi tế bào không phản ứng với tác động của insulin trong việc cho đường tiến vào xuyên qua tường tế bào, thì xảy ra tình trạng gọi là* kháng insulin. *Kháng insulin* chưa được hiểu biết đầy đủ *ở thời điểm*

hiện tại. Tuy nhiên, chúng ta biết *rằng* kháng insulin thường liên quan trực tiếp với béo phì. *Điều này đặc biệt đúng khi con người có vòng mỡ béo ở* khu vực eo hay bụng.

Các nghiên cứu chỉ ra rằng những người béo phì không bị tiểu đường có thể giảm mức độ lưu thông insulin đơn giản bằng cách giảm cân. *Việc giảm lượng insulin này xảy ra* không thay đổi *mức đường trong máu. Nói cách khác, bằng việc* giảm cân, *người ta thường có thể* vượt qua *kháng insulin. Đó là sự thật vì* khi ít mỡ *gây rắc rối tình hình, thì lượng insulin đang có trở nên* hiệu quả hơn *với mức đường huyết thấp.*

Ngược lại, dư thừa mỡ bụng và mỡ tập trung xung quanh gan *tăng lượng a-xít béo lưu thông tự do trong máu. Khi những a-xít béo đó phân giải, chúng* gia tăng mức độ độc tính. *Theo đó, độc tính gia tăng được chỉ rõ sinh ra hai điều: Thứ nhất,* ức chế sản sinh *insulin; và thứ hai, làm cho tế bào cơ bắp* kém nhạy cảm *với insulin đang có. Mô cơ là* thiết yếu *để giúp cân bằng mức đường huyết. Trong trạng thái bình thường, hơn* 80% *đường huyết giải thoát ngay sau bữa ăn được* tế bào cơ bắp *lấy đi.*

Chướng ngại

Cần phải rõ ràng từ quan điểm sinh học đơn giản là điều chỉnh insulin *là phần* rất *quan trọng để khỏe mạnh và tồn tại. Không may là* tỉ lệ *dân số Mỹ không thể duy trì sự cân bằng ấy* ngày càng nhiều. *Và khi khả năng điều chỉnh insulin và đường huyết* vượt ngoài tầm kiểm soát một cách nghiêm trọng, *tình trạng đó gọi là* tiểu đường*".*

Có quá nhiều thứ là nguyên nhân của kẻ giết người âm thầm và xảo quyệt này. Để xem bạn xử lý thế nào khi bạn hay người thân bị chẩn đoán tiểu đường.

Chữa trị tiểu đường

Bác sĩ Williams cho chúng ta lời khuyên *vô giá* về việc làm gì với nó.

"Nhiều bác sĩ không nói cho bệnh nhân biết rằng tiểu đường loại II sẽ chỉ ngày càng tồi tệ *thậm chí khi họ dùng các liệu pháp chữa trị chính thống* tốt nhất *hiện có. Nếu bác sĩ khiến bạn tin rằng dùng thuốc theo đơn sẽ* chữa được tiểu đường *hay duy trì để không tồi tệ hơn, thì bạn đang* sai hướng thảm hại. *Khi nhìn vào chương trình điều trị hiện tại, ta chẳng chút ngạc nhiên.*

Ý tưởng tổng thể trong điều trị tiểu đường là đưa mức đường huyết dao động về mức bình thường nhanh nhất có thể. *Phải thực hiện ngay sau ăn và rồi* tiếp tục đều đặn *trong nhiều giờ khi thức ăn tiêu hóa. Ở những người không bị tiểu đường, quá trình này xảy ra* rất trôi chảy *bởi vì cơ thể luôn luôn* điều chỉnh *sự tiết ra của insulin phụ thuộc vào mức đường huyết.*

Trong các loại thuốc [kích thích sản xuất insulin và các loại thuốc mới hơn] *sử dụng loại nào cũng được chính là* phương pháp giải quyết *tốt nhất. Khi* quá ít insulin *được giải phóng ra, mức đường huyết tăng lên sinh ra sự hình thành của* triglyceride *(chất béo trung tính trong mô)* và tích trữ mỡ. *Khi có* quá nhiều insulin, *mức đường huyết bắt đầu giảm (hypoglycemia) báo hiệu* cảm giác đói *và thường xuyên có nhu cầu ăn, từ đó* sinh ra tăng cân và tích trữ mỡ.

Những vấn đề này giải thích tại sao những người tiểu đường đã điều trị bằng thuốc uống *bị* tăng cân *khoảng từ* 2,7kg – 5,4kg. *Và, như tôi đã giải thích trước đấy, sự tăng cân này và mỡ trữ quá nhiều trở thành phần của vòng luẩn quẩn làm cho bệnh tiểu đường* càng ngày càng tồi tệ.

Thêm vào đó, hiệu ứng tăng giảm *do mức đường huyết thường xuyên dao động góp phần làm tăng mỡ máu, huyết áp cao, tăng tính dịch nhớt của máu và hình thành cục nghẽn, tim yếu, bệnh buồng*

trứng đa u nang, đau và suy thoái thần kinh và làm tổn hại các mạch máu nhỏ, đặc biệt ở trong mắt, thận và các chi dưới.

Trước khi đặt lòng tin hoàn toàn *vào thuốc tiểu đường, hãy xem bản danh sách về* biến chứng *liên quan trực tiếp đến tiến triển của tiểu đường. Đường dẫn này là của* Tổ chức Tiểu Đường Hoa Kỳ.

Bệnh tiểu đường hiện nay là:

- Nguyên nhân hàng đầu của mù lòa *ở những người độ tuổi 20 đến 74.*
- Nguyên nhân hàng đầu của suy thận.
- Nguyên nhân hàng đầu của cắt bỏ chi dưới.
- *Chịu trách nhiệm cho 50 đến 60% vấn đề* bất lực *ở đàn ông trên 50 tuổi.*
- *Chịu trách nhiệm cho* tổn hại thần kinh nghiêm trọng *ở 60 đến 70% bệnh nhân tiểu đường.*
- Nguyên nhân chính của đột quỵ *ở Mỹ.*
- *Tăng* rủi ro bệnh tim *từ hai đến bốn lần hơn bình thường. (Trong nghiên cứu UKPDS tôi kể ở trên, thậm chí các nhà nghiên cứu còn thấy khi có những nỗ lực cao độ để kiểm soát lượng đường huyết ở các bệnh nhân tiểu đường, thì rủi ro phát triển các vấn đề tim không bị ảnh hưởng. Bệnh nhân tiểu đường không có tiền sử đau tim cũng có rủi ro cao bị đau tim như người không tiểu đường có tiền sử đau tim).*

Tiểu đường là một trong những bệnh có thể khiến bác sĩ điều trị trông như một thiên tài tuyệt đối. *Sau khi cho bệnh nhân thuốc tiểu đường, bác sĩ có thể dự đoán với* độ chính xác kỳ lạ *chuỗi những vấn đề về sức khỏe sẽ bắt đầu phát triển* như bộ máy đồng hồ *trong những năm tới. Hãy ghi nhớ, chuỗi các sự kiện sẽ xảy ra* cho dù bạn tuân thủ *hoàn hảo phương pháp điều trị. Về bản chất, các bác sĩ có*

thể dự đoán việc bị suy sụp nặng lên – *nhưng chẳng thể làm gì để ngăn chặn.*

Bệnh dịch đang hình thành

Gia tăng tỉ lệ mắc bệnh tiểu đường tạo ra mục đích tiếp thị hoàn hảo *cho các công ty dược. Hãy nhìn vào thực tế – và xu hướng.*

Tiểu đường là một bệnh dịch tăng trưởng không có dấu hiệu kết thúc *ở đất nước này. Tiểu đường ở lứa tuổi trưởng thành tăng trong khoảng* 600% *và* 1.000% *trong 60 năm qua. Hiện tại gia tăng ở mức* 6% năm *và tỉ lệ đó* sẽ còn tăng.

Hiện nay cứ trong năm *trẻ em Mỹ thì có 1 trẻ bị béo phì. Và vì béo phì liên quan trực tiếp đến tiểu đường, nên* dân số đích *cho thuốc tiểu đường nay mở rộng rõ ràng xuống* bốn tuổi. *Đúng thế, tiểu đường là* ước mơ trở thành hiện thực *của các công ty dược.*

Như tôi đã nói trước đây, các công ty dược là những người làm thị trường giỏi nhất *trên thế giới – nhưng đừng bị mắc vào lòng tin là họ có phép thuật cho tiểu đường. Đó có thể là một* lỗi tai hại. *Tiểu đường là bệnh mà bạn phải xử lý hàng loạt* các nhân tố cơ bản.

Tăng thể lực giúp kiểm soát đường huyết

Đầu tiên và trước hết, nhân tố quan trọng nhất là giảm cân. Trong hầu hết các trường hợp *tiểu đường loại II, cơ thể có thể kiểm soát dao động đường huyết* tự nhiên *khi* vấn đề béo phì *được quan tâm. Tất nhiên, việc này sẽ đòi hỏi* thay đổi chế độ ăn *và ít nhất là* tập luyện khối lượng trung bình.

Tập luyện cho bạn bốn lợi ích quan trọng, bởi nó:

- Tăng mô nạc cơ thể
- Đốt mỡ

- Tăng độ nhạy cảm của insulin, cho phép tuyến tụy sản xuất ít đi
- Tăng mức độ trao đổi chất

Chất ngọt nhân tạo

Một bình luận cuối cùng trước khi chúng tôi rời chủ đề tiểu đường. Đừng để bị lừa phỉnh vào suy nghĩ dùng *Sweet and Low* "Ngọt ngào và ít độc hại", … chất ngọt "giúp" kiểm soát đường huyết. Nếu bạn bị tiểu đường thì chất ngọt nhân tạo duy nhất được dùng là *stevia hoặc xylitol*. Chúng hiện *có nhiều* ở các cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh. Dưới đây là email từ vợ của một người tiểu đường gửi bác sĩ Williams:

"Chồng tôi bị tiểu đường. Anh ấy uống bốn hay năm cốc trà cây việt quất mỗi ngày. Chúng tôi tạo ngọt bằng stevia. *Nó giữ cho đường được kiểm soát. Anh ấy bắt đầu chỉ uống trà từ khoảng một năm trước và dần dần bác sĩ đã thấy* các chỉ số tốt *mà chồng tôi đo được khi* kiểm tra đường *hàng ngày. Thuốc anh ấy dùng* giảm một nửa, *rồi sau vài tháng là* giảm hẳn. *Stevia không tác động lên tuyến tụy giống như đường "sweet and low" hay tương đương.*

Dorothy D."

Báo chí địa phương

Bạn có nhớ mô tả của tôi về tỉ lệ tiểu đường cao trong dân số Mỹ gốc Mexico ở San Antonio không? Theo bài viết trên *San Antonio Express-News* của Paul Elizondo, Ủy viên Hội đồng quản hạt khu vực 2 trong Hạt Bexar (Hạt bao gồm cả San Antonio). Ông lấy nhan đề "Làm ơn cho bản thân: Hãy thử tiểu đường".

"Tôi lên lịch một cuộc hẹn với bác sĩ vì tôi bị nổi mẩn ngứa thảm hại, nó làm tôi thực sự khó chịu. Sau khi xét nghiệm máu, bác sĩ đến và nói: 'Xin chúc mừng, ông bị tiểu đường. Rốt cuộc, ông sẽ làm theo những gì tôi bảo hoặc sẽ có những hậu quả!'

Đó là khoảng bốn năm về trước, và bệnh đã gây thiệt hại cho tôi, đặc biệt là thị lực.

Tôi bị tiểu đường loại II. Trong nhiều trường hợp tiểu đường có thể được kiểm soát nhờ tập luyện và chế độ ăn đúng, nhưng lịch làm việc bận rộn khiến tôi khó thực hiện.

Tôi biết có hàng ngàn người ở San Antonio như tôi có công việc bận rộn. Ngày của tôi kéo dài đến đêm khi chúng tôi làm việc theo hợp đồng ở địa bàn mới đòi hỏi ngày lao động 16 đến 18 giờ.

Thêm nữa, tôi có ban nhạc riêng, nghĩa là tôi làm hai việc. Tôi cố gắng đi bộ khoảng 5 km cách ngày và ăn bữa ăn theo chế độ, nhưng có nhiều ngày tôi không thể thực hiện.

Chúng ta ngụy biện vì không chịu thay đổi lối sống. Nhưng khi ta nhìn vào những hậu quả tiềm năng của bệnh tiểu đường như mù, đột quỵ, đau tim, thận và cưa chi – thì ngụy biện đó là thiếu trí tuệ: Thay đổi lối sống hay là chết!

Bước thứ nhất là nhận biết. San Antonio có nạn dịch tiểu đường và tôi thúc giục mọi người hãy sử dụng quyền khám miễn phí hôm nay và thứ bảy.

Việc khám do Liên minh Tiểu đường của Hạt Bexar chủ trì. Khối này hi vọng khám được 25.000 người trong toàn thị trấn tuần này. Trong thị trấn có khoảng 80.000 người bị tiểu đường – và họ thậm chí không biết.

Liên minh gồm có Viện Tiểu đường Texas (Texas Diabetes Institute), Liên hiệp Tiểu đường Mỹ (American Diabetes Association) và Quỹ Tiểu đường Juvenile (Juvenile Diabetes Foundation) và họ dốc sức vì sự nhận biết, giáo dục, phòng ngừa và chữa trị tiểu đường.

Thu xếp lực lượng và thuyết phục người dân kiểm tra sức khỏe của mình chúng ta có thể giúp ngăn chặn xu hướng của căn bệnh chết người này.

Lời khuyên tốt nhất của tôi là hãy để tâm vào những nhân tố nguy hiểm. Bạn có người nhà bị tiểu đường không? Bạn là người gốc Tây Ban Nha, người Mỹ gốc, gốc Á châu hay người Mỹ gốc Phi? Bạn có bị quá cân không? Bạn có chế độ ăn có hại không? Bạn có thích đồ ngọt và uống nhiều soda lắm không? Bạn có nhậu nhiều và tập luyện ít hay không?

Thế thì, anh bạn của tôi ơi, bạn là ứng cử viên chính của món tiểu đường đấy.

Nếu bạn yêu quý gia đình và bản thân, bạn phải đi khám càng sớm càng tốt. Không gì tệ hại hơn cho gia đình chúng ta bằng bệnh tiểu đường.

Nhìn kỹ xem. Bạn có nằm trong số 80.000 người đi vòng vòng mà không biết mình bị tiểu đường hay không? Hãy đi khám luôn hôm nay. Gọi số xxx-xxx để hẹn thời gian và địa điểm".

Ủy viên Elizondo đã cho bạn lời khuyên tốt. Nhớ rằng, chẳng bao giờ là muộn để bắt đầu điều trị tiểu đường bằng tập luyện và chế độ ăn đúng. Hệ miễn dịch kỳ diệu sẽ phục hồi cơ thể Thượng Đế ban cho bạn hoạt động bình thường, nếu bạn cho nó sự hỗ trợ mà nó cần.

Chúa phù hộ bạn!!

SỔ TAY 4

CHỮA ĐAU LƯNG

NHỮNG VẤN ĐỀ VỀ LƯNG

TSM – Sự kết nối thú vị tinh thần và thể xác

Đau lưng và, trong phạm vi hẹp hơn, đau vai và cổ là than phiền phổ biến. Khoảng chừng *80%* dân số Mỹ có tiểu sử đau cái này hay cái khác. Đây là nguyên nhân đầu tiên của *công nhân nghỉ việc* trong quốc gia. Là nguyên nhân xếp hàng thứ hai phải đi *khám bác sĩ* sau viêm nhiễm hô hấp. Một bài báo của Tạp chí *Forbes* tháng 8 năm 1986 công bố *56 tỉ đô-la* chi phí hàng năm để chống chọi với những hậu quả của đau lưng và cổ. *Nay thì cao hơn nhiều,* bạn có thể tin chắc điều đó.

Bác sĩ *không thể* nhìn thấy đau. Vì thế, lý thuyết về cái gì *gây ra* đau lưng và cổ vẫn chỉ là *lý thuyết*. May mắn lắm thì một cuộc phẫu thuật "cố định" việc *"lệch đĩa đệm"* được *dự đoán* là nguyên nhân gây đau. Có nhiều bằng chứng về nhiều cuộc *phẫu thuật* được thực hiện trên cột sống *là không cần thiết*.

Trở lại *năm 1985,* bác sĩ Hubert Rosomoff – nhà phẫu thuật thần kinh nổi tiếng và chủ tịch Ban của ông ấy ở Trường Y Miami, đã công bố bài viết nhan đề *"Thoát vị đĩa đệm có gây đau không?"* Bác sĩ Rosomoff làm *phẫu thuật lưng* đã nhiều năm. Kết luận của ông *dựa trên lô-gíc* cũng như kinh nghiệm. Ông nói rằng *nén liên tục* lên thần kinh sẽ gây ra *ngừng* truyền thông điệp đau sau một *thời gian ngắn.* Kết quả là *tê liệt.* Vậy thoát vị đĩa đệm có thể gây *đau liên tục* như thế nào? Câu trả lời của ông: *Nó không thể.* Bác sĩ nắn xương *"nắn chỉnh"* lưng bạn. Họ cũng không thể nhìn thấy đau. Trong phần lớn các trường hợp, theo kinh nghiệm của chúng tôi thì những người bị đau lưng đến bác sĩ nắn xương chỉ đạt đến *đỡ đau tạm thời.* Cũng có thể nói như vậy với bác sĩ mát-xa, nhân điện, Rolfing, bùa chú…, *bạn đặt tên đi.*

Đối với chúng tôi, *tập luyện* là "phép thuật" chữa đau lưng *lâu dài.* Giảm áp lực có thể là thay đổi hữu ích khác nữa.

Vợ quá cố của Bill là Marge bị *co thắt cơ kinh niên* ở vai và cổ gây *đau gần như không chịu nổi.* Chẳng bác sĩ nào có khả năng chữa trị. Bác sĩ vật lý trị liệu giúp cô ấy *đỡ đau,* nhưng cũng chỉ *tạm thời.* Cô ấy bị *áp lực thường xuyên* bởi những hành vi tinh quái của đứa con gái tắc trách và lũ cháu.

Kinh nghiệm mách bảo chúng tôi rằng nghiên cứu sau đây về *nguyên nhân và chữa trị* đau lưng (cả vai và cổ) là khá gần với *sự thật.* "Hội chứng căng cơ co giật" (Tension Myositic Syndrom – TMS) là tên của hầu hết loại đau này do bác sĩ John E. Sarno đặt ra trong cuốn *"Chữa trị Đau Lưng – Kết nối Tinh thần và Thể xác" (Healing Back Pain – The Mind-Body Connection)* của ông. Xuất bản năm 1991, cuốn sách này *đi trước* hầu hết nghiên cứu về sự tương giao giữa tinh thần và thể xác được *bác sĩ Sternberg* tập hợp và nói lại ở Sổ tay 1 về chế độ ăn. Lần xuất bản đầu tiên của bác sĩ Sarno năm 1984 cũng đi trước những thấu hiểu đầy sáng tạo của *bác sĩ Chopra về kết nối tinh thần-thể xác.*

Nguyên nhân đau lưng và cổ là gì?

Bác sĩ Sarno nói nguyên nhân là *kìm nén cảm xúc*. Hơn nữa, cái đau có tác động như *ngụy trang* để chúng ta không xử lý cái *đau tâm lý*, cái tạo ra ý thức về những kìm nén cảm xúc đó. Chúng tôi không thể gạt bỏ lý thuyết này và mong bạn cũng thế. Kết luận của ông là kết quả của *26 năm* điều trị cho *hàng ngàn* bệnh nhân bị đau lưng và cổ. Kinh nghiệm của bác sĩ Sarno bắt đầu từ khi làm *Giám đốc* dịch vụ bệnh nhân ngoại trú *ở Viện Phục Hồi Chức Năng* Howard A. Rusk tại Trung tâm Y học Trường Đại học New York nói:

"Y học chính thống *đào tạo và dạy tôi những đau nhức này chủ yếu do các* cấu trúc không bình thường *của cột sống, phổ biến nhất là đau khớp, đĩa đệm sắp xếp lộn xộn hoặc do tập hợp không rõ ràng của* các tình trạng cơ *được quy cho tư thế xấu, ít thể dục, cố gắng quá sức và tương tự.*

Trải nghiệm về điều trị những bệnh nhân này là chán nản *và thất vọng;* chẳng bao giờ *có thể dự đoán được kết quả. Hơn nữa, thật bất an để thừa nhận rằng kiểu đau và kết quả khám thân thể thường* không tương quan *với nguyên nhân được coi là của đau nhức. Ví dụ, đau có thể quy cho suy thoái khớp thay đổi ở phần thấp cột sống nhưng bệnh nhân có thể đau ở những chỗ* chẳng liên quan *gì đến xương ở khu vực đó. Hay ai đó có thể có một đĩa vùng thắt lưng bị thoát vị sang trái và đau ở chân phải.*

Cùng với nghi ngờ *về độ chuẩn xác của chẩn đoán chính thống dẫn đến nhận thức rằng* các mô chính *dính líu là cơ, đặc biệt là cơ ở cổ, vai, lưng và mông. Nhưng thậm chí quan trọng hơn là quan sát* 88% *người có tiền sử về những thứ như căng thẳng hay đau nửa đầu, ợ nóng, thoát vị khe, loét dạ dày, viêm đại tràng, đại tràng co thắt, hội chứng co thắt ruột kết, sốt mùa hè, hen suyễn, eczema và một loạt rối loạn khác, tất cả đều là* rất khả nghi *liên quan đến* tình trạng căng thẳng. *Có vẻ lô-gíc để kết luận rằng đau cơ có thể* cũng *do căng thẳng*

gây ra. Đó là hội chứng căng cơ co giật (Tension Myositic Syndrom – TMS). (Myo nghĩa là 'cơ'; Định nghĩa Hội chứng căng cơ co giật ở đây là thay đổi tình trạng trong cơ gây ra đau).

Bác sĩ nghĩ gì về chẩn đoán này? Không chắc *nhiều bác sĩ* biết điều này. *Tôi có viết một số trang và chương cho các sách về chủ đề này nhưng chúng* rất hạn chế đến được với độc giả *làm việc chủ yếu trong lĩnh vực vật lý trị liệu và phục hồi. Trong những năm gần đây, các bài viết về TMS trở nên* không thể *được chấp nhận cho công bố, chắc chắn bởi vì những quan niệm này* công khai chống đối tín điều y tế đương thời. *Đối với những bác sĩ đọc được sách này, tôi muốn chỉ rõ rằng cuốn này* hoàn chỉnh hơn *bất cứ bài viết nào tôi đã công bố và sẽ có ích cho họ mặc dù thực tế nó được viết cho đông đảo độc giả.*

Mục đích chính của cuốn sách là gợi lên ý thức *cả trong và ngoài lĩnh vực y tế bởi vì hội chứng đau phổ biến này đại diện cho* vấn đề sức khỏe số đông cộng đồng *không thể giải quyết được cho đến khi có sự thay đổi trong* nhận thức y tế *về nguyên nhân của đau.*

Tuyên bố mục đích của cuốn sách, tôi sẽ thiếu vô tư nếu không báo cáo rằng nhiều độc giả của cuốn sách trước cuốn này, cuốn Tinh thần khi đau lưng (Mind Over Back Pain), đã thông báo làm tốt hơn hoặc làm tiêu tan hoàn toàn *triệu chứng. Điều này minh chứng ý tưởng rằng đó là* sự đồng nhất với *và* kiến thức về *rối loạn là những nhân tố chữa bệnh* then chốt.

[Đây là một ví dụ trong nhiều bệnh nhân của bác sĩ Sarno]

Bệnh nhân là một phụ nữ trung niên; bà đã nằm liệt giường *khoảng* hai năm *khi tôi biết. Bà bị đau từ vùng dưới phía sau và chân* đã nhiều năm, *đã qua* phẫu thuật hai lần, *và dần dần đều tồi tệ đến khi cuộc sống của bà bị* giới hạn *hầu như hoàn toàn ở phòng ngủ trên gác.*

Bà được nhận vào bệnh viện, ở đó chúng tôi không tìm thấy bằng chứng *về vấn đề cấu trúc, nhưng có* biểu hiện nghiêm trọng của

TMS. *Và không ngạc nhiên, đánh giá tâm lý để lộ ra bà đã chịu đựng* hành hạ tâm lý và tình dục *như một đứa trẻ và bà đã* nổi xung, *không phóng đại, và* không nhận biết về điều đó. *Bà là người dễ chịu, là người phụ nữ với đức tính người mẹ, dạng người tự động* kìm nén tức giận. *Và thế là nó* day dứt *bà trong nhiều năm, luôn luôn* phải đi khám *do đau dữ dội.*

Sự phục hồi của bà rất sóng gió, như thể chi tiết cuộc đời của bà xuất hiện và bà bắt đầu thừa nhận sự dữ dội, *bà trải qua* nhiều triệu chứng – *tuần hoàn tim, tiêu hóa, dị ứng – nhưng đau* bắt đầu thuyên giảm. *Liệu pháp tâm lý cá nhân và nhóm đã gia tăng. May thay bà* rất thông minh *và hiểu thấu các quan niệm về TMS nhanh chóng. Khi đau đã giảm hẳn, nhân viên đã giúp bà đi lại. 14 tuần sau khi vào viện, bà trở về nhà cơ bản là* không đau *và sẵn sàng trở lại cuộc sống."*

KHÔNG PHẢI tất cả là tinh thần

Bác sĩ Sarno *không* nói "tất cả là tinh thần của bạn". Không hề như thế. Ông chỉ ra rằng đau nhức có thể là *dấu hiệu cảnh báo mạnh mẽ của những vấn đề* thực sự *thuộc về cơ thể.* Bác sĩ phải loại bỏ những vấn đề này trước khi bắt đầu nghi ngờ đó là TMS.

Ở chương cuối của sách, bác sĩ Sarno in lại 10 bức thư dài của các bệnh nhân. Những lá thư *chứa chan tình cảm* và rất có sức thuyết phục. Chúng tôi không thể đưa ra đây cả 10 lá thư đó. Chúng tôi đã chọn *một* thư khá *điển hình*. Hãy nhớ, Bác sĩ Sarno làm công việc này trong *đầu những năm 1980.* Ngày ấy không có *số liệu khoa học* xác nhận giữa tinh thần và thể xác tồn tại *sự kết nối tự nhiên.* Đây là lá thư:

"Bác sĩ Sarno thân mến,

Tôi muốn cảm ơn ông vì đã giúp đỡ rất nhiều cho sức khỏe của tôi và theo đó cả chất lượng cuộc sống của tôi…

Tôi từng bị đau lưng dữ dội (cả trên và dưới, gồm cả hông) suốt bảy năm *cho đến lúc tôi gọi cho ông. Tôi cũng thường bị chứng đau quặn ruột dữ dội, đau nhói ở ngực, đau đầu gối, mắt cá, khủy tay, cổ tay, đốt ngón tay và một bên vai.*

Toàn bộ đau đớn đó, đặc biệt là đau lưng hạn chế ghê gớm *khả năng làm việc và vui chơi của tôi. Tôi không thể lau sàn, rửa bát đĩa, bế trẻ con (hoặc cái gì nặng hơn 1,4kg), tham gia thể thao… Thậm chí chải tóc cũng đau.*

Tôi từng rất khỏe, là người hăng hái với nhu cầu rất lớn để phát huy thể chất bản thân – mà tôi (và những người khác nữa) thường đổ cho *là* nguyên nhân *các vấn đề về lưng.*

Ở lần khám đầu tiên, tôi được bác sĩ bảo rằng ngừng *các hoạt động nếu có thể,* không làm gì *gây đau, và như thế thì chắc chắn có nhiều thứ gây đau.*

Tôi làm theo lời khuyên. Suốt hơn bảy năm tiếp theo, tôi trở thành 'chuyên gia' về nguyên nhân và chữa trị tưởng tượng của đau lưng, nhưng chẳng ích lợi gì cả. *Tôi có 14 đợt châm cứu, 17 đợt nắn xương, 17 đợt 'cân bằng cơ thể', rất nhiều đợt vật lý trị liệu, sử dụng 'chạy điện TENS khối thần kinh', tham gia 'lớp thể dục đau lưng', gia nhập Spa sức khỏe – đi bơi và sử dụng Jacuzzi và tắm hơi, mát-xa nhiều… Một bác sĩ nghĩ đó có thể là hội chứng rối loạn gây đau cơ và cố cho tôi uống L-tryptophan và B6.*

Tất cả những phương pháp điều trị đó có vẻ như cũng giúp được chút ít, nhưng tôi vẫn phải chịu đau kinh khủng.

Sau khi nói chuyện với ông, tôi đã cân nhắc việc đi khám bác sĩ tâm lý, trước hết tôi quyết định thử làm mà không cho ai biết. Tôi đã nhận ra rằng chẳng có vấn đề cơ bản nào sinh ra căng thẳng ở tôi mà thay vì học một chút gì đó *trong cuộc sống hàng ngày, thì tôi đã* học sợ và/hoặc gây căng thẳng, *bắt đầu chu kỳ đau của tôi, cẳng thẳng hơn, đau hơn… Nếu nguyên nhân là xung đột tâm lý không được giải*

quyết, tôi để ý thấy phần lớn thời gian tôi không thực sự giải quyết *để đau nhức qua đi, mà thay vào đó tôi chỉ* nhận biết *rằng đó là nguyên nhân gây đau cho tôi. Nhưng giờ thì tôi thấy rồi, tôi nhắm tới giải quyết mọi thứ nhanh hơn trước đây.*

Tôi rất ngạc nhiên và hạnh phúc vì khả năng xoay chuyển một cơn co thắt *thành dấu hiệu của cái gì đó làm phiền tôi (cảm xúc hay tinh thần) và sau đó* cơn đau tan biến *hoàn toàn chỉ trong một phút hoặc ít hơn.*

Tôi mất bốn tháng để kiểm soát được quá trình và mất khoảng chưa đến một năm *là tôi đã có thể nói với bạn bè và gia đình, 'vâng, cuối cùng thì lưng tôi đã được* chữa khỏi. *Tôi thoát khỏi đau đớn!'*

Cùng lúc lưng tôi khỏi đau, thì mọi phần khác trên cơ thể *tôi nói tới trước đây cũng không đau nữa. Cuối cùng thì tôi đã có thể làm việc và vui chơi trở lại, cái tôi đã không làm được suốt bảy năm qua.* Nhẹ nhõm biết bao!

Tôi sẽ luôn luôn biết ơn ông, bác sĩ Sarno, về dũng khí và sự tử tế ông đã làm suốt hơn 20 năm qua *– giúp mọi người* hoàn toàn *thoát khỏi đau đớn.*

Cảm ơn ông."

Lịch sử cổ đại

Phần lớn chúng ta khi đọc những dòng trên lần đầu sẽ cho đây là một ý tưởng mới. *Nhầm rồi!* Bác sĩ Sarno chỉ ra chính *Hippocrat, 2500 năm trước,* đã khuyên *bệnh nhân hen suyễn của ông* hãy cảnh giác với *cơn tức giận.*

"Vào cuối thế kỷ XIX, nhà thần kinh học nổi tiếng người Pháp, Jean-Martin Charcot đã cho cuộc sống mới nguyên lý tương tác tinh thần và thể xác, khi ông chia sẻ với thế giới y học những kinh nghiệm của ông với nhóm bệnh nhân mắc chứng hysterics. Họ có những triệu

chứng thần kinh ấn tượng như mất cảm giác ở một cánh tay hoặc chân mà không có dấu hiệu nào của bệnh thần kinh. *Hãy hình dung tác động lên thính giả y học khi ông chứng minh bại liệt có thể* biến mất *khi bệnh nhân bị* thôi miên! *Người ta không thể đòi hỏi một giải thích thuyết phục hơn của sự kết nối tinh thần và thể xác".*

Bác sĩ Sarno mô tả "chính giới" y học hiện nay như nô lệ của *Rene Descrates (1596-1650).* Lý thuyết của Descrates về *tách biệt* tinh thần và thể xác vẫn cầm cương hầu hết suy nghĩ *hôm nay.* Cơ thể là *phạm vi hoạt động của bác sĩ* và toàn bộ công nghệ liên quan. Tinh thần là *phạm vi hoạt động của nhà tâm lý và chuyên gia tâm thần học.* Một lượng đáng kể bác sĩ ở Mỹ, phần lớn bác sĩ ở châu Âu và các nước khác đã *vươn xa hơn* tầm nhìn này từ năm 1991, vào lúc bác sĩ Sarno viết.

Quan niệm này vẫn bám lấy nhiều bác sĩ. Dẫn đến nương tựa vào *"cứu chữa" hóa chất* cho đau ốm tinh thần và thể xác. Tất nhiên, việc này khiến các công ty dược *vui thích.* Rất nhiều bác sĩ vẫn chữa trị *triệu chứng* hơn là *đi tìm nguyên nhân.*

Với *"tương tác tinh thần – thể xác",* nhiều bác sĩ thậm chí ngày nay coi đó là dân gian hoặc *bùa mê.*

Xác nhận là ở đây

Trong chừng mực chấp nhận được nào đó của "chính giới" y học, thì *đã có chút thay đổi* trong những năm qua kể từ quan sát trên của bác sĩ Sarno. Tuy nhiên, chúng ta *quả thực* may mắn. Chúng ta có sẵn *xác nhận* về lý thuyết của bác sĩ Sarno ở dạng *bằng chứng tự nhiên.* Bác sĩ Esther Sternberg (Sổ tay 1) đã dẫn chứng bằng tài liệu trong cuốn sách hay của bà *Cân bằng bên trong* (The Balance Within). Hãy nghe sự chân thật của bà. Bà là Giám đốc chương trình sinh học thần kinh hợp nhất phân tử, Tế bào và Hành vi (Molecular, Cellular, and Behavioral Integrative Neuroscience Program), và Trưởng ban

tương quan hệ thần kinh – nội tiết – hoóc môn miễn dịch và hành vi của Đại học Quốc gia về Sức khỏe Tinh thần và Đại học Quốc gia về Sức khỏe (Chief of the Section on Neuroendocrine Immunology and Behavior at the National Institute of Mental Health and National Institutes of Health). Dù khó để in danh tính của bác sĩ Sternberg trên danh thiếp của bà, chúng ta có bổn phận cẩn trọng nghe lời bà. Hãy xem lại lần nữa phần về cuốn sách của bà ở Sổ tay 1 về Chế độ Ăn.

TMS có liên quan đến bạn nếu bạn được chẩn đoán bị *bất cứ bệnh gì* trong những bệnh sau: đau lưng, cổ hoặc vai; trẹo khớp; ợ nóng; thoát vị khe; loét; loét hệ tiêu hóa; hội chứng co thắt ruột; táo bón; khí; rối loạn đau cơ; viêm mũi dị ứng (sốt mùa hè); zô-na; thấp khớp viêm khớp; viêm túi dịch; tiểu đường; lupus ban đỏ; xơ cứng rải rác; tim đập nhanh; sa van hai lá; và xơ cứng động mạch.

Hãy mang sách của bác sĩ Sarno vào giường ngủ. *Đọc với tâm mở rộng.* Thức dậy dứt khoát, làm tất cả có thể để vượt qua yếu tố *tinh thần/tình cảm* của "bệnh". Tôi không hạ thấp tình trạng nghiêm trọng của bạn. Tôi chỉ giục bạn thực hiện phương pháp kỹ thuật đã hiệu quả cho *rất nhiều bệnh nhân khác* không cần hóa chất cùng với tất cả *sự đắt đỏ và các tác dụng phụ.*

Hãy khỏe mạnh và Chúa phù hộ bạn!

PHỤ LỤC B

BỔ SUNG CỦA NGƯỜI DỊCH

Để thuận tiện cho những người quan tâm, dịch giả xin dịch thêm phần chuẩn bị mẫu xét nghiệm nước tiểu tại trang http://www.navarromedicalclinic.com/index.php và cơ sở có thể cung cấp một số thuốc, thực phẩm bổ sung nêu trong sách này.

CHUẨN BỊ MẪU XÉT NGHIỆM NƯỚC TIỂU HCG

Vật liệu cần thiết

1. A-xê-tôn – có thể mua cửa hàng đồ gia dụng hoặc hiệu thuốc. Nước tẩy sơn móng tay là KHÔNG ĐƯỢC.
2. Rượu hoặc cồn Ethyl.
3. Giấy lọc cà phê – trắng hoặc nâu.
4. Túi ni-lông/nhựa.
5. Cốc thủy tinh hoặc bất kỳ bình hoặc lọ thủy tinh.
6. Cốc đo thủy tinh.
7. Muỗng đo.

Các bước chuẩn bị

1. Lấy mẫu nước tiểu buổi sáng, khoảng 50 ml và cho thêm 200 ml a-xê-tôn và 5ml rượu, cồn hoặc ê-ti-líc. Khuấy và trộn đều. Chú ý: 1ml = 1cc.
2. Để đứng trong tủ lạnh khoảng *6 tiếng* cho đến khi hình thành cặn. Bỏ bớt đi một nửa hỗn hợp nước tiểu a-xê-tôn mà không mất đi cặn. [Đảm bảo cặn nằm ở đáy lọ – đừng khuấy lên nữa]. Lắc hỗn hợp và lọc cặn còn lại bằng một tấm giấy lọc cà-phê, đảm bảo toàn bộ cặn nằm lại trên giấy lọc.
3. Lọc xong, sấy khô giấy lọc cùng với cặn.
4. Sấy xong, gấp lại và gói trong túi ni-lông.
5. Gửi bằng bưu điện quốc tế chuyển nhanh đến:

   Navarro Medical Clinic
   Dr. Efren Navarro
   3553 Sining Street
   Morningside Terrace
   Santa Mesa, Manila 1016
   Philippines

Cùng mẫu, xin vui lòng gửi kèm:

- Lưu ý ghi rõ tên bệnh nhân, địa chỉ, giới tính, ngày sinh, địa chỉ email, ngày làm mẫu, tóm tắt tiểu sử lâm sàng và/hoặc chẩn đoán.
- Bản sao séc thanh toán hoặc một bản sao biên nhận của Western Union hoặc MoneyGram.

kèm theo bản copy chứng từ gửi tiền hoặc séc có tên bệnh nhân, địa chỉ, giới tính, tuổi và bản tóm tắt tiểu sử bệnh án và/hoặc chẩn đoán. Thêm nữa, NHỚ gửi địa chỉ email của bạn. Việc đó

sẽ giúp bạn nhận được kết quả nhanh hơn tối thiểu từ bốn đến sáu tuần.

6. Phí xét nghiệm hiện tại là 55 đô-la thanh toán cho Efren Navarro. Gửi chứng từ thanh toán đến:

   Efren Navarro
   631 Peregrine Drive
   Palatine IL 60067-7005

Xin vui lòng chờ ba-bốn tuần để giao kết quả xét nghiệm nếu mẫu gửi từ Mỹ, Canada và châu Âu.

Đề phòng

Trước khi lấy mẫu nước tiểu, KHÔNG sinh hoạt tình dục 12 ngày đối với bệnh nhân là nữ và 48 giờ đối với bệnh nhân là nam giới. KHÔNG GỬI MẪU NƯỚC TIỂU NẾU BỆNH NHÂN ĐANG MANG THAI.

Nhiễu khác đối với xét nghiệm:

1. *Các nội tiết tố tuyến giáp*
2. *Các hợp chất steroid (ví dụ thuốc chống viêm)*
3. *Bổ sung nội tiết tố nữ (estrogen, testosterone, progesterone)*
4. *Vitamin D*

Nếu đang sử dụng các loại chất này, bạn phải chờ ba ngày sau khi ngưng dùng thuốc và tiếp tục uống thuốc sau khi lấy mẫu nước tiểu. Như thông lệ, HÃY XIN Ý KIẾN BÁC SĨ TRƯỚC KHI NGƯNG LẠI BẤT CỨ THUỐC HAY THỰC PHẨM BỔ SUNG NÀO.

Liên hệ

Thông tin kết quả thử nghiệm
Email: test.result @ navarromedicalclinic.com

Dịch vụ khách hàng
Email: customer.service @ navarromedicalclinic.com

Buổi tối gọi điện thoại sau khi 18 giờ CST số 847.359.3634

Thông tin y tế
Email: efren.navarro @ navarromedicalclinic.com

TẠI VIỆT NAM MUA THUỐC Ở ĐÂU?

Như đã nêu ở phần "Lời người dịch", khi chuyển ngữ cuốn sách này, vì lợi ích mà nội dung cuốn sách mang lại, tôi mong sách đến với người cần nó một cách dễ dàng nhất có thể. Rồi tôi chợt nhận ra, các nguồn cung cấp thuốc đều ở nước ngoài, độc giả đọc sách rồi mà không mua được thuốc tại Việt Nam thì cũng chả ích lợi gì nhiều. Xuất phát từ ý nghĩ đó, tôi đã liên hệ với Tập đoàn Y tế AMV – là một Tập đoàn có uy tín trong nước, để nhập khẩu và phân phối một số thuốc và thực phẩm bổ sung nêu trong sách.

Bạn có thể tìm hiểu thêm về Tập đoàn tại:

www.amv.vn
www.thoatkhoiungthu.com
E-mail: infor@amv.vn
Tel: (+84 4) 6258 6666
Đường dây nóng: 098 877 8822